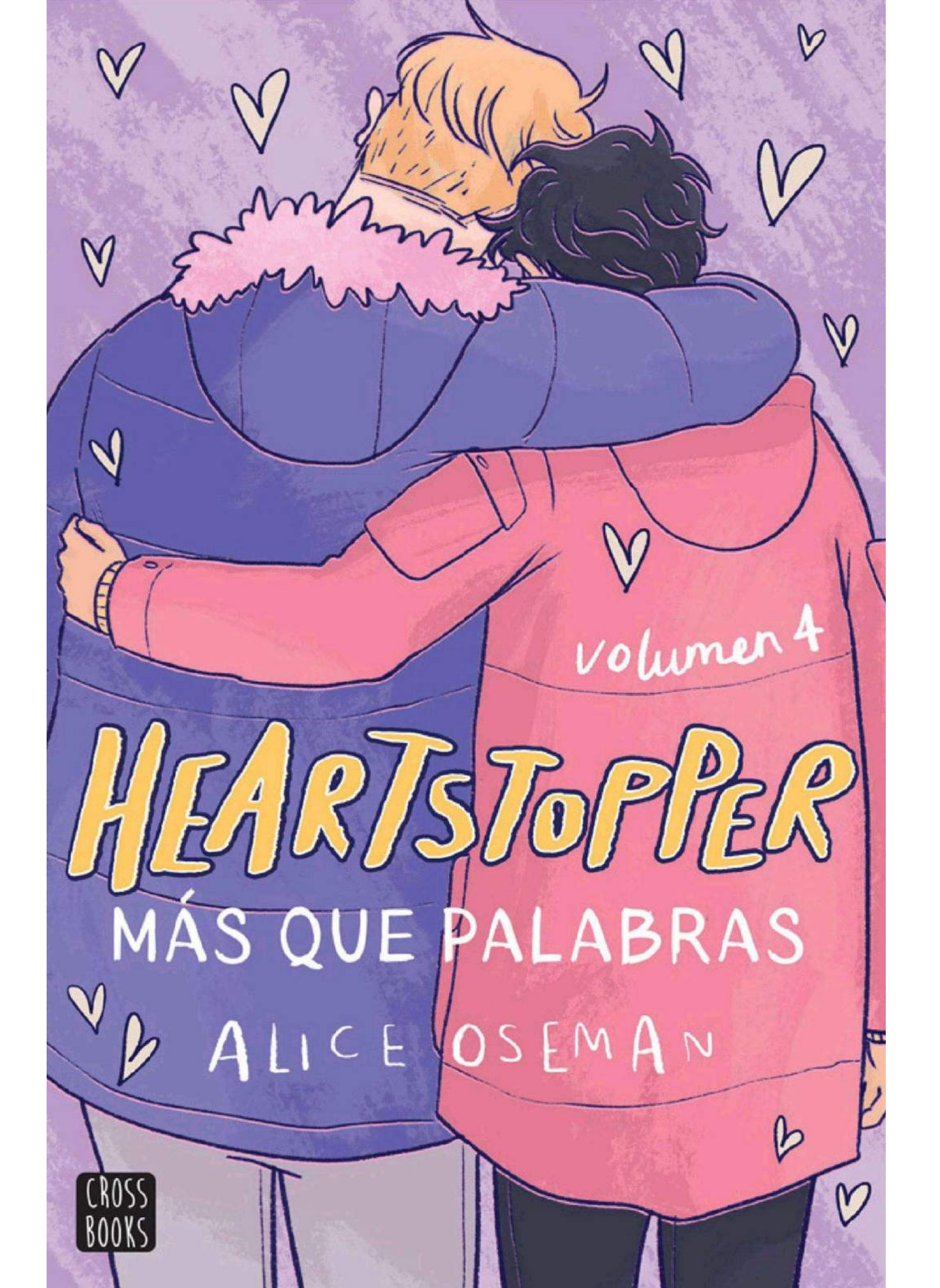

volumen 4
HEARTSTOPPER
MÁS QUE PALABRAS
ALICE OSEMAN
CROSS BOOKS







HEARTSTOPPER

VOLUMEN 4

CROSS BOOKS



CONTENIDO





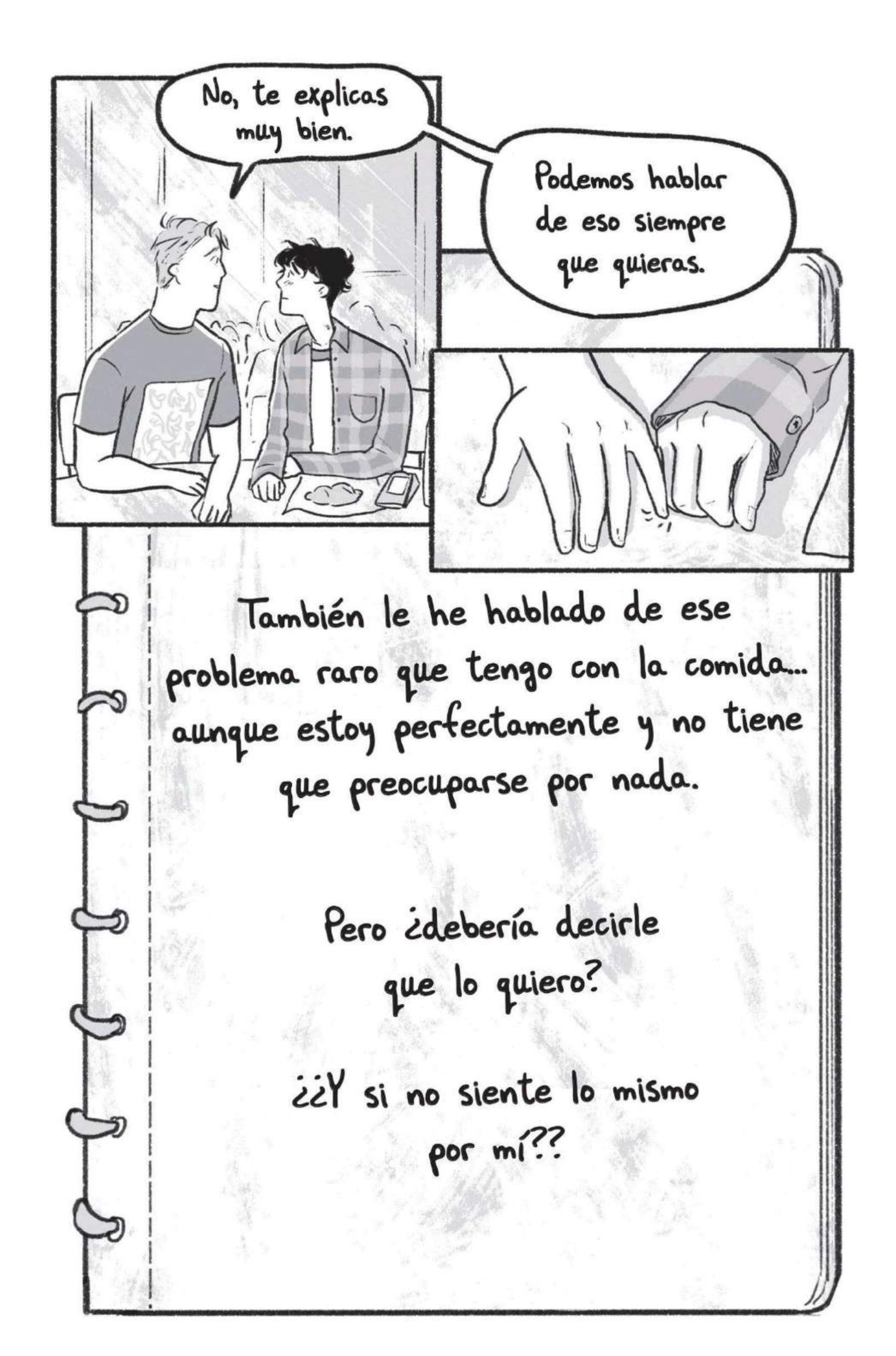
ADVERTENCIA SOBRE EL CONTENIDO
Por favor, tened en cuenta que este volumen de Heartstopper describe problemas de salud mental, incluidas anorexia y autolesión. Para una descripción más detallada del contenido, podéis visitar: aliceoseman.com/content-warnings



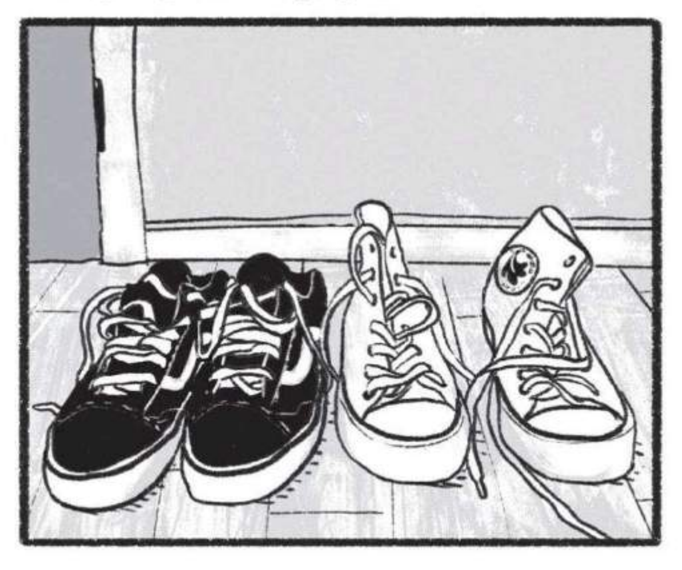


* ¿No has leído la historia hasta el momento? ¡Disfruta de los capítulos uno y dos en el Volumen 1, del capítulo tres en el Volumen 2 y del capítulo cuatro en el Volumen 3!


10 de agosto
¿¿Es demasiado pronto para decírselo a Nick?? Llevamos juntos como cuatro meses, ¡aunque parece más tiempo!
Ya somos novios oficialmente,
¡Ulala!
Sí.
hemos ido juntos a París
y hemos salido del armario en plan... delante de toda la clase.
Yo. Estamos saliendo.

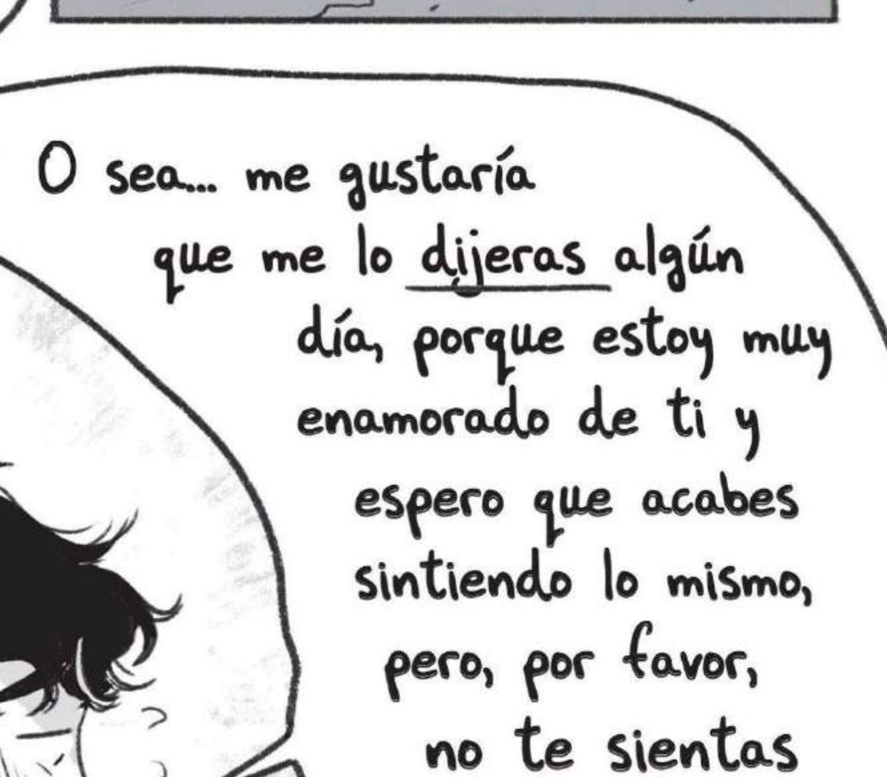

No, te explicas muy bien.
Podemos hablar de eso siempre que quieras.
También le he hablado de ese problema raro que tengo con la comida... aunque estoy perfectamente y no tiene que preocuparse por nada.
Pero ¿debería decirle que lo quiero?
¿¿Y si no siente lo mismo por mí??

5. ¡AMOR




Nick...
Te quiero.
AGOSTO
Hum...
O sea...
Estoy enamorado
de ti.
Es que...
solo quería
que lo
supieras.


Y... no hace falta que tú me lo digas todavía...
JUGUETEA
ARRASTRA
Bueno, ni nunca.


O sea... me gustaría que me lo dijeras algún día, porque estoy muy enamorado de ti y espero que acabes sintiendo lo mismo, pero, por favor, no te sientas obligado a...


...
MUSE


PLONC


Jo.
MUSE
I Was Born for This


TORI
OLIVER
¿Qué haces?
¡¡No me espiéis!!
¡Ja, ja!
Pues tú no te declares a gritos.
SALTA
Buf... ¡¡Oliver, cada día pesas más!!


¿Por qué estabas hablando solo?
¡¡No hablaba solo!!
¡¡Sí!! ¡Te hemos oído!
SE SIENTA
Te has puesto en plan
OOOOH NICK CUÁNTO TE QUIEEEEROOOOO...
Ya vale. Ahora cosquillas.
¡AAAAAAAH, ¡NOOOOO!



¿Estás pensando en decirle a Nick que lo quieres?








Pues díselo.


No... ¡¡No es tan fácil!!
¿?


Es demasiado pronto. Y si él no siente lo mismo, lo nuestro se enrarecerá.


Y no quiero que se sienta obligado a decir «yo también» solo porque lo he dicho primero.
SE APOYA


¿No crees que siente lo mismo?
Habéis estado juntos todo el verano.
Está obsesionado contigo, estoy segura.


¡AAAAGH!


¿Cuándo vas a verlo?


Hoy.


Vamos todos a la playa.
Y luego...
Nick estará fuera tres semanas.
No lo veré hasta que volvamos al cole.


Así que... ya no tendré más oportunidades este verano.


¡ARRIBA


Pues díselo hoy.


NOOO
Sí.


¿Charlie?
¿Sí?


Si le dices «te quiero» a Nick...
¿significa que estaréis juntos para siempre?
Ja, ja, pues... ¡eso espero!
¡¡¡CHACHIIIII!!!!


HOMERO
La Ilíada
¡Si Nick entra en la familia, tendré TRES hermanos mayores! ¡Nadie de mi clase tiene tantos!


MAMÁ
¡Charlie! ¡Nick ha venido a buscarte!




¡Vale! ¡Ya voy!


ZIAS

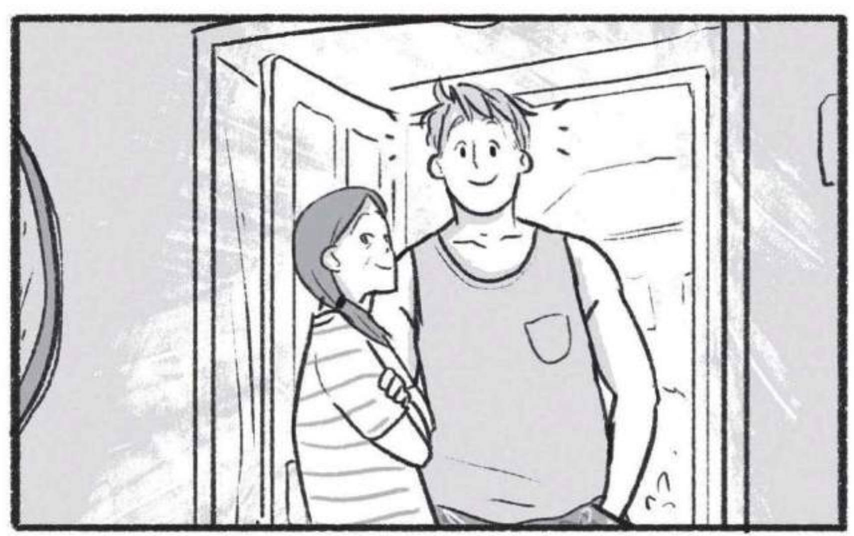
¿Qué vas a hacer hoy?

No sé. Igual voy de compras. Necesito una mochila nueva.

Vente con nosotros a la playa.

Nah. No me gusta el sol.






Hola. ♥


Hola. ♥


¿Qué?
Je... Es que... me gusta mucho tu camiseta.


¡Me gusta tu gorra!
¡Ay...


¡¡¡Nick!!! ¿A que no lo adivinas? Charlie...

¿?

Mmpff

Calla.
Calla,
calla,
calla,
calla,
calla.




Vale, ¿falta alguien más?
ELLE
¡No, Tara, Darcy y Sahar irán directamente!
¿Qué tal, Charlie? ¿Tu familia está bien?
¡Genial, gracias, Mariam! ¡Sí, todos están bien!
MIAMIÁ, ¿podemos irnos, por favor?
¡Vale, vale!


Os llevo a la playa porque soy un ángel del cielo y así me lo pagas...
MIAMIÁ.
¡¡Hemos llegado!!
Menos mal. Me estaba haciendo pis.
CASINO
¡¡Elle!! No te olvides de ofrecerles a todos.
¡Claro!


¡Te quiero! ¡Dame un toque para que venga a recogeros!
¡Vale! ¡Yo también te quiero!
¿Qué es eso?
VALED
¡Tamiya! Falafel egipcio. Mi madre está a tope con la cocina egipcia desde que volvió del viaje a casa de mis abuelos.
TIAO
¿Me das uno?
¡Pero si acabas de desayunar hace nada!


¡Eh!
¡Ahí están!
¡Ahí están!
¡¡Hola!!
SAHAR
TARA
DARCY


¡¡La banda de París ataca de nuevo!!
CASI


Bla, bla
Bla, bla






RASH




¿?
¿?


PILLADO



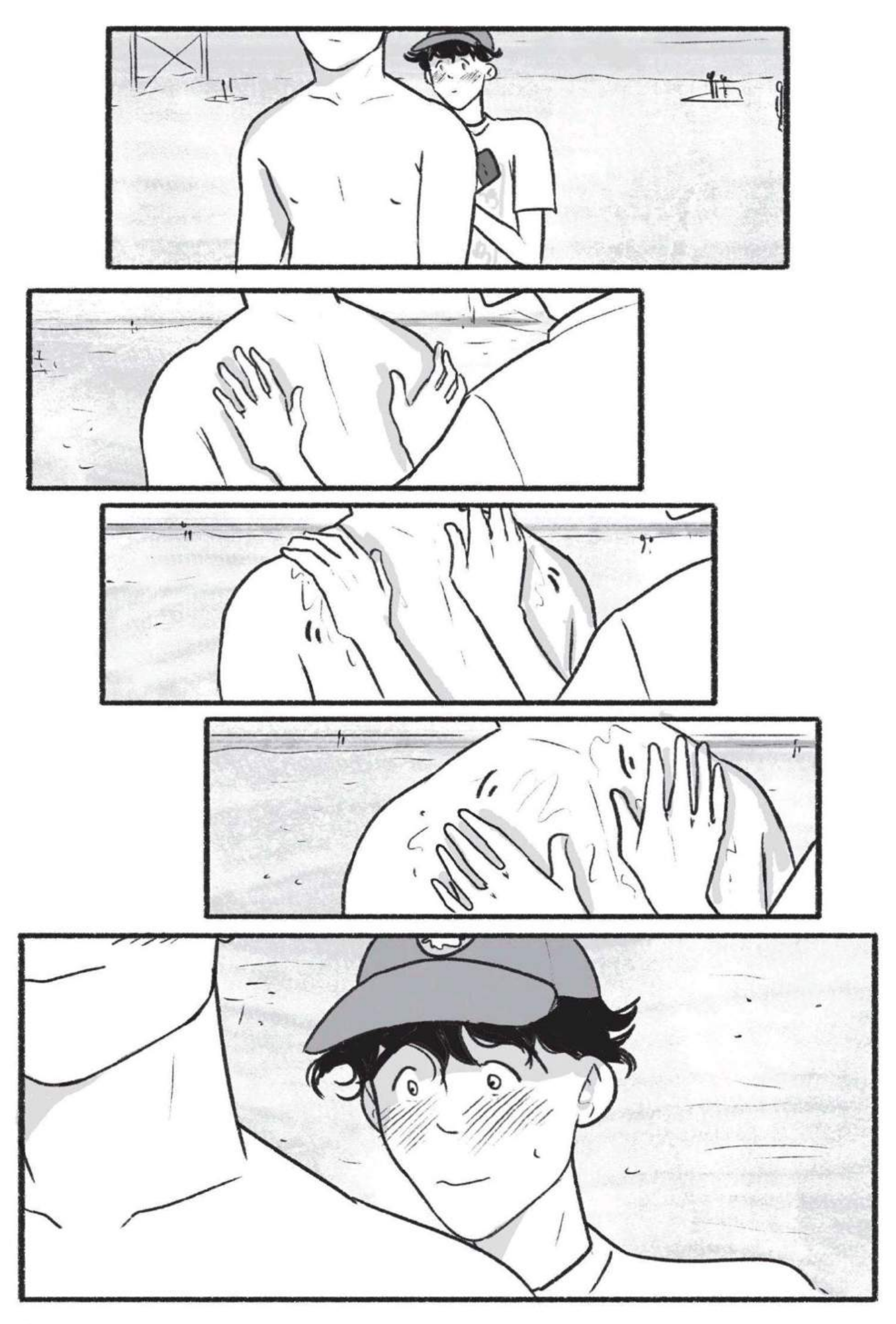
¿Qué?
¡Nada! Nada.
MIRADITA
Te quiero.



Ah... Esto... Vaya, yo...
Gracias, pero...
Me parece demasiado pronto para decirte... eso.
Lo siento.
¿Charlie?
¿¿Charlie??
¡¡Charlie!!

¿Me pones crema en la espalda?

¡Ah...
¡¡Sí, claro!!




¡¡Vale!! ¡¡Ya está!!
¡Gracias! ♥
¿Tú ya te has puesto?
No, no, yo no me quemo, soy muy moreno.
CHAC


¡Deberías ponerte igualmente!
No..., paso, en serio.
NO... Nick, estás todo pringoso... Puaj.
Char... No quiero que mueras de cáncer de piel.
¡Ay, por favor.
UGH, ¡VALE!
MIMOS
Pero para ya.


¡NICK! ¿Vienes?


¡Sí! ¡Un momento!


¿Cómo estás? Pareces un poco agobiado...


Ah... sí... Es que tengo calor.


...


¿Vienes al agua?
Hum...
Dentro de un rato.
Vale.

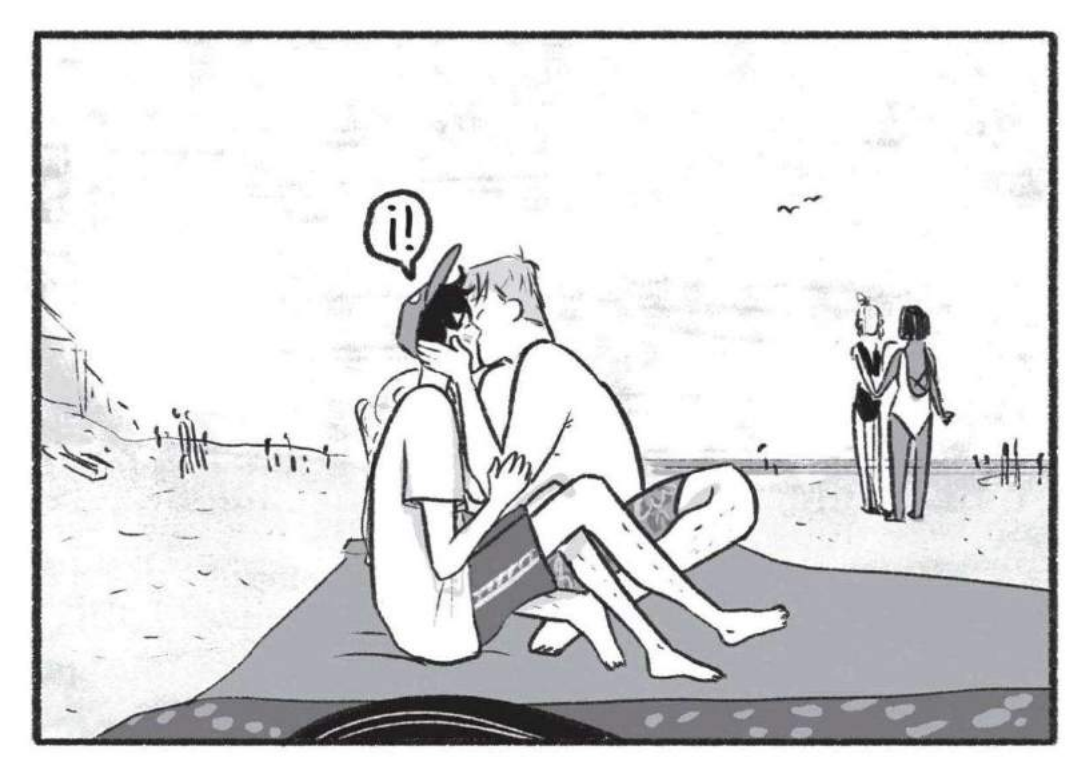

¿?
ZIAS

ÑIAC

FROTIA
FROTIA

PLIAS

¡NICK! YIA TE VIALE, ¡qué asco!


¡!




MÁS CERCA


¡No te olvides de ponerte crema en los pies!
Qué tonto.



¡Nick! ¡Para de besar
a tu novio y
DATE PRISA!

PFFF
ARRIBA



FROTA




Lo has visto sin camisa como mil veces en los vestuarios y en los entrenos, ¿no?


¡¡El contexto es MUY diferente!!




Pero pareces un poco agobiado.

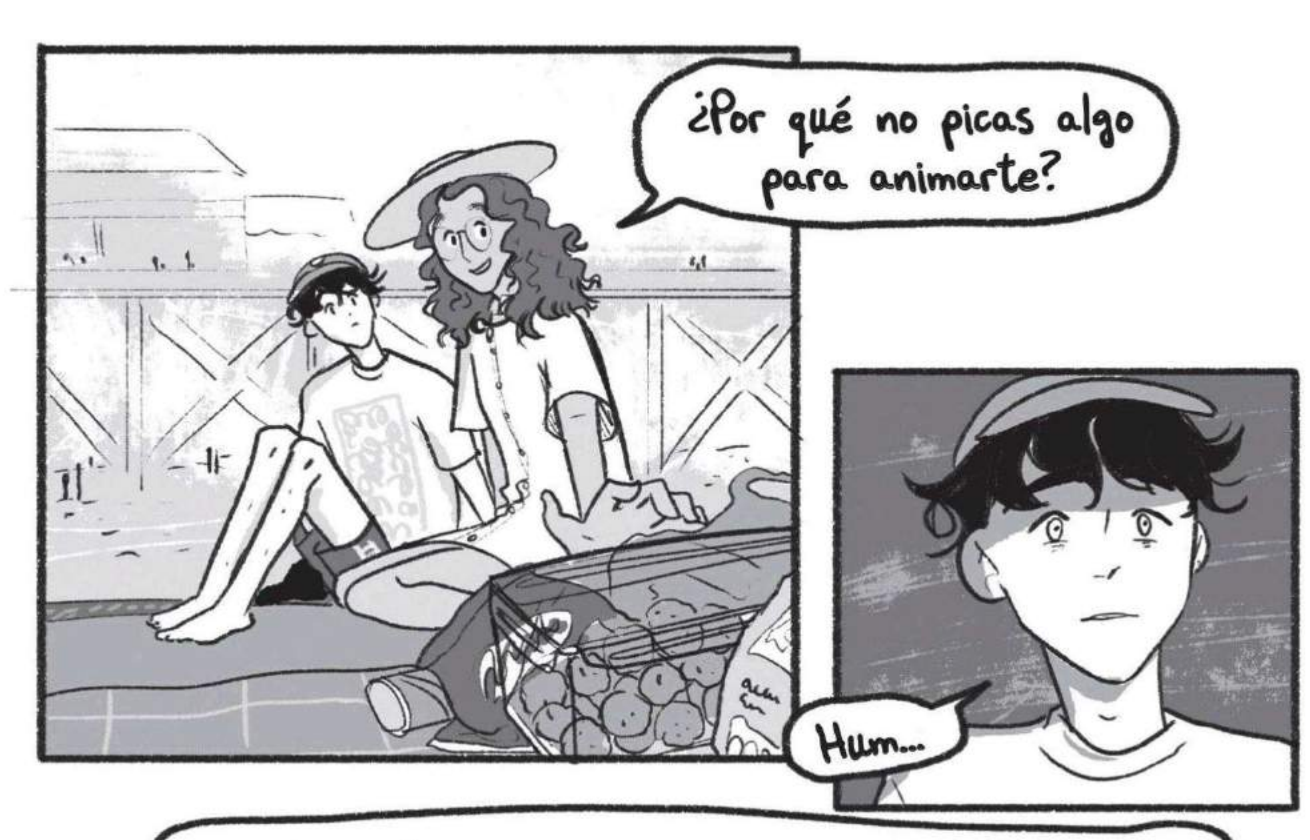

¿Qué te pasa?


...


Quiero decirle a Nick que estoy... ejem... enamorado de él.


Chaval, si ya estáis saliendo.
YA LO SÉ.


Es que... tengo muchas ganas de decírselo y...
Bueno... Ya sabes cómo me agobio con esas cosas.
Sí, ya lo sé.
Eres del tipo estresado.
Ja, ja, sí.

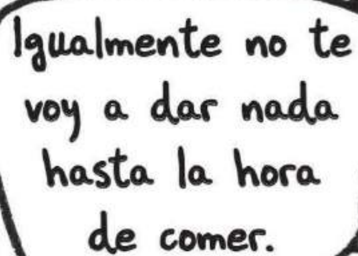

¿Por qué no picas algo para animarte?
Hum...


¡YO SÍ QUE QUIERO PICAR ALGO!
¡Tao! ¡Aled! ¿¿Dónde estabais??


Los lavabos están MUY lejos.
En el quinto pino.


Te has soltado el pelo.
Sí. ¿Y?
Me gusta.

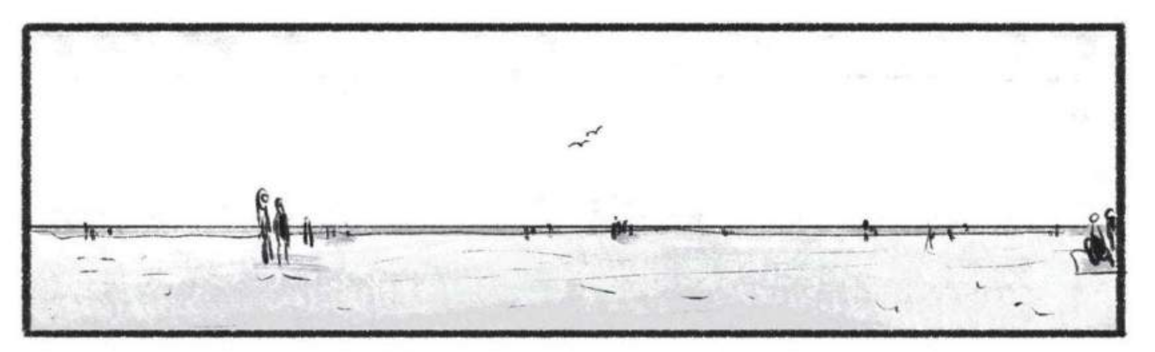



Igualmente no te voy a dar nada hasta la hora de comer.
...


¡Pero si le acabas de ofrecer a Charlie!
No se encuentra bien. Él sí puede.


¿Charlie?
En un rato quizá. Pero gracias.
CRISPS



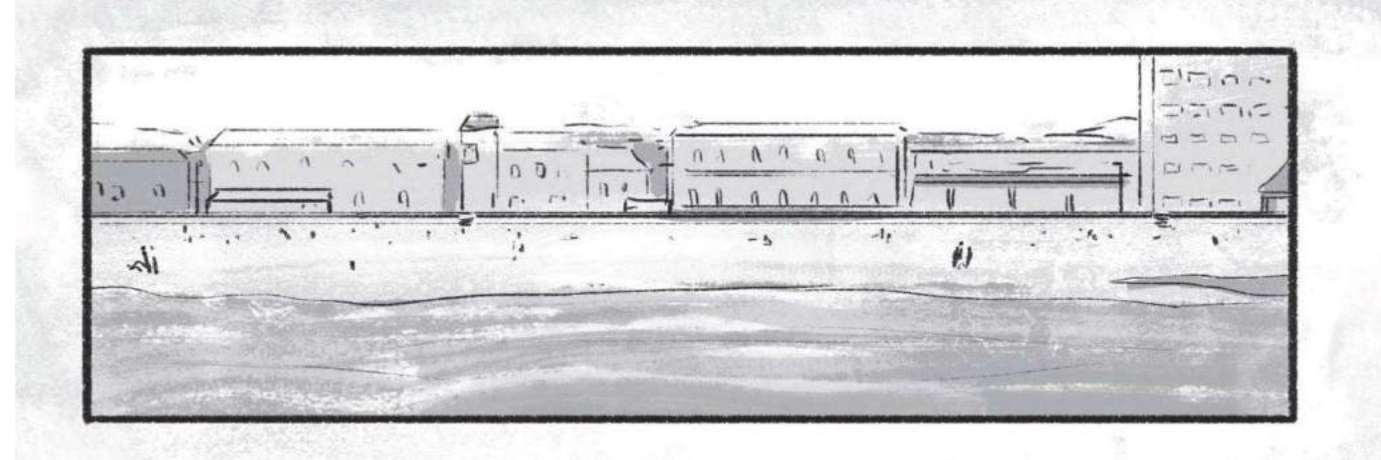













SALPICA

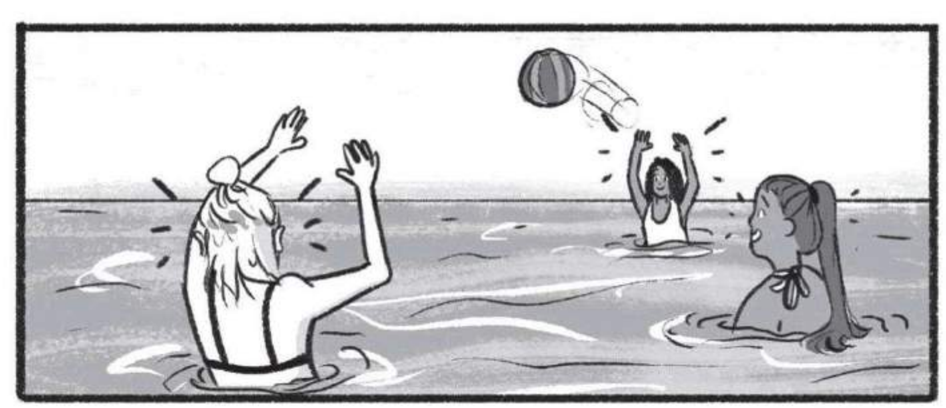
¡!

No voy a meterme más. Está fría.

SPLASH
¡¡DARCY!!
!

Menos mal que te quiero.
Yo también. ᵕ

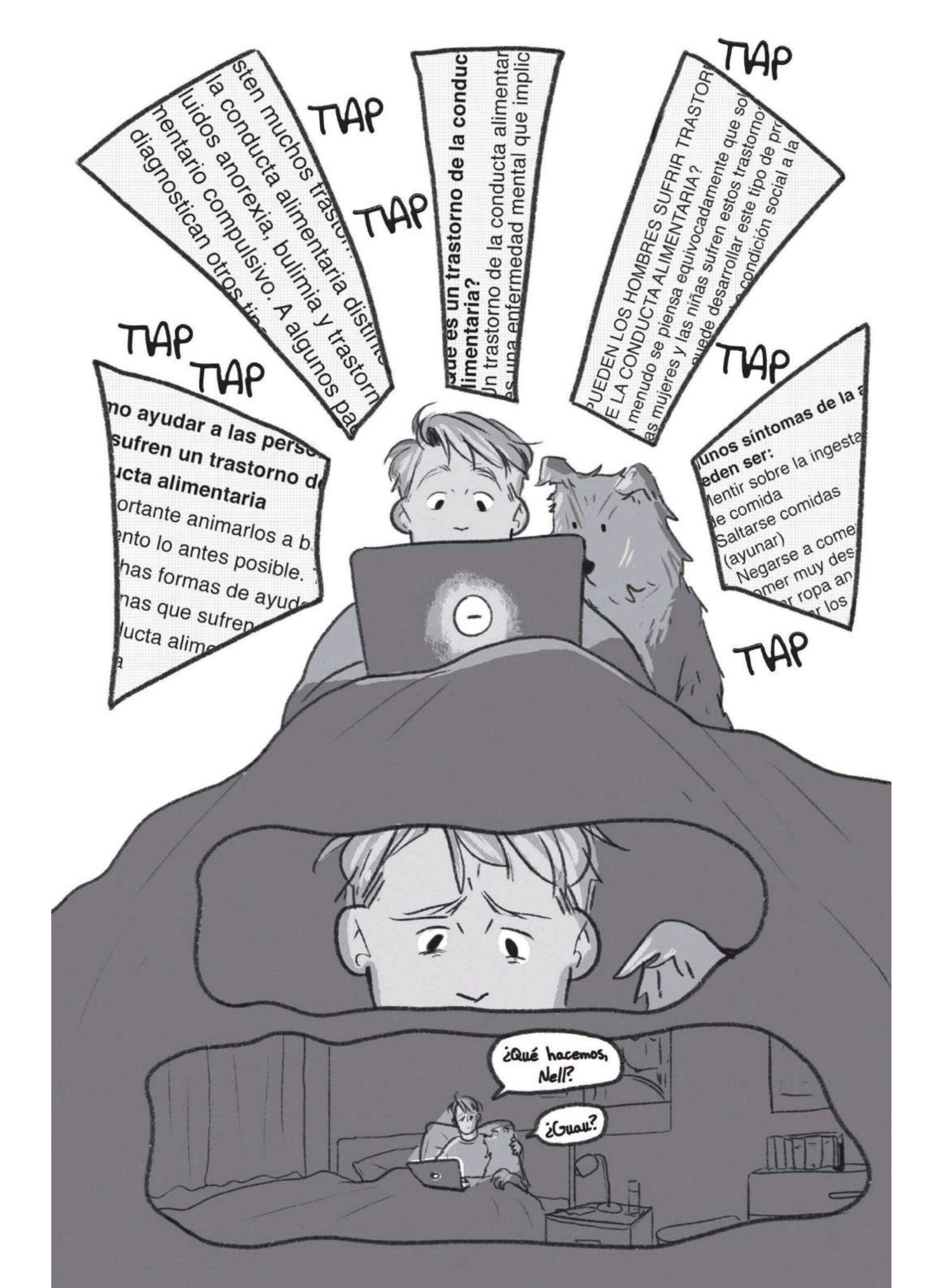
¡AHH, el mar se lleva el dónut...
¡¡PÍLLALO!!








Hace unas semanas...
¿?
TIAP
TIAP
TIAP
TIAP


mo ayudar a las perso
sufren un trastorno de
ucta alimentaria
ortante animarlos a b
nto lo antes posible.
has formas de ayuda
nas que sufren
ucta alim
TAP
TAP
sten muchos trastor
la conducta alimentaria distint
luidos anorexia, bulimia y trastorn
mentario compulsivo. A algunos pa
diagnostican otros ti
TAP
TAP
Qué es un trastorno de la conduc
limentaria?
Un trastorno de la conducta alimentar
es una enfermedad mental que implic
TAP
PUEDEN LOS HOMBRES SUFRIR TRASTOR
E LA CONDUCTA ALIMENTARIA?
menudo se piensa equivocadamente que sol
as mujeres y las niñas sufren estos trastorno
puede desarrollar este tipo de pr
condición social a la
TAP
unos síntomas de la a
eden ser:
Mentir sobre la ingesta
de comida
Saltarse comidas
(ayunar)
Negarse a come
omer muy des
ropa an
los
TAP
¿Qué hacemos, Nell?
¿Guau?


¡¡Eh, Nick!!
¡Ven a jugar a voleibol!
?
¡Vale!
¡Yujuuu!

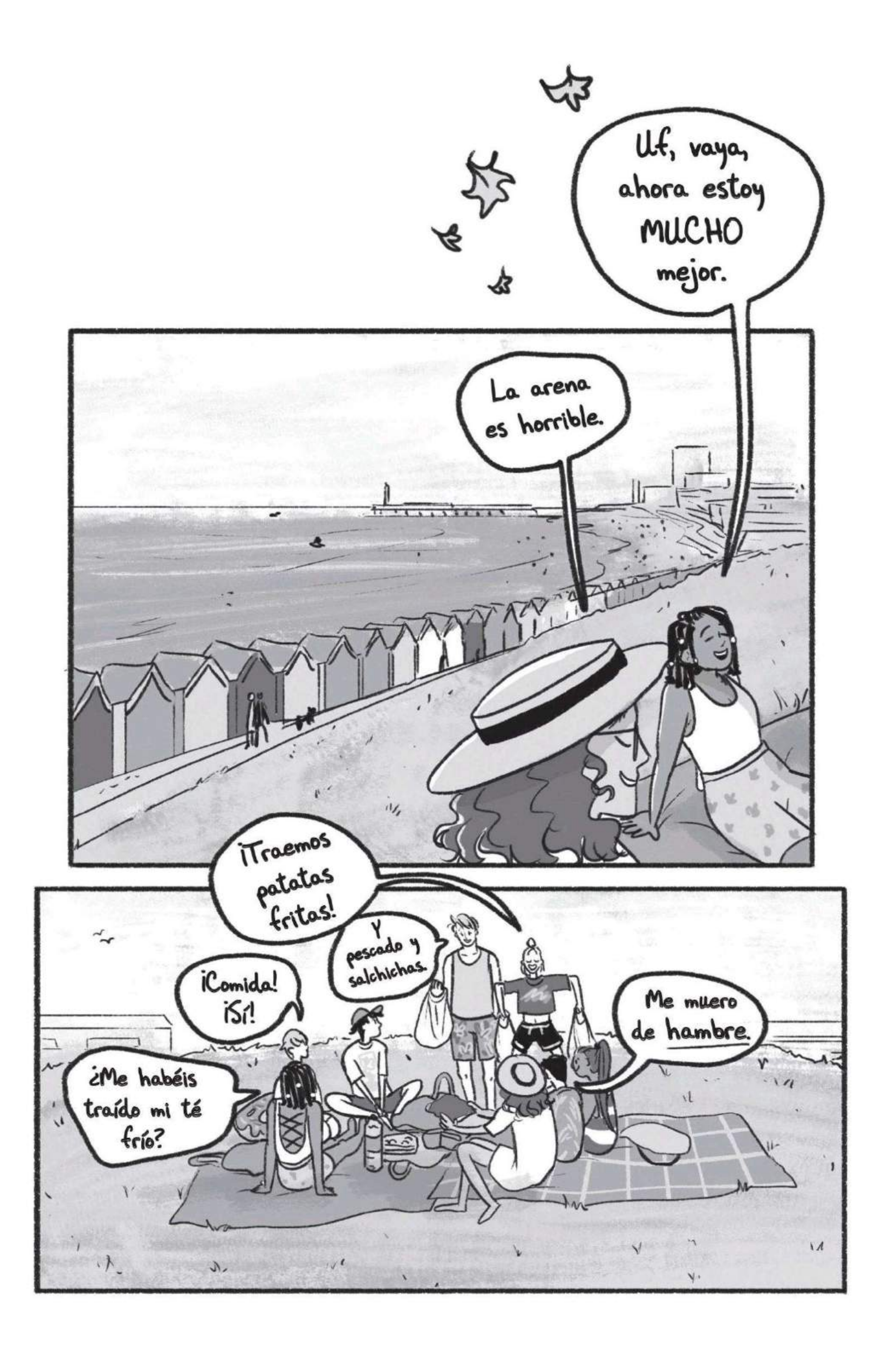


Al cabo de un rato...
Por favor, dime que ya es hora de comer.
Es hora de comer.
MENOS MAL. Necesito patatas fritas.
¡Eh, Nick!
¿?
¡Hola, Sahar!
¿Podemos hablar un momentín?
Claro, ¿qué pasa?


Pues... Me voy a cambiar al Truham para hacer allí el bachillerato.
¡Ah!
Sí, y estoy un poco nerviosa. Sé que los dos últimos cursos son mixtos desde hace siglos, pero aún hay pocas chicas, ¿verdad?
Sí... Entran como diez chicas cada año y hay como doscientos chicos.
Eso me parecía. Estoy de los nervios... O sea, empezar el bachillerato impresiona, pero si encima cambias de cole, da todavía más miedo.


¿A ti no te asusta empezar el bachillerato?
Ah, ejem...
Este verano he estado muy ocupado y...
Supongo que no he pensado mucho en eso.
Cómo ayudar a alguien con un trastorno alimentario
Buscar

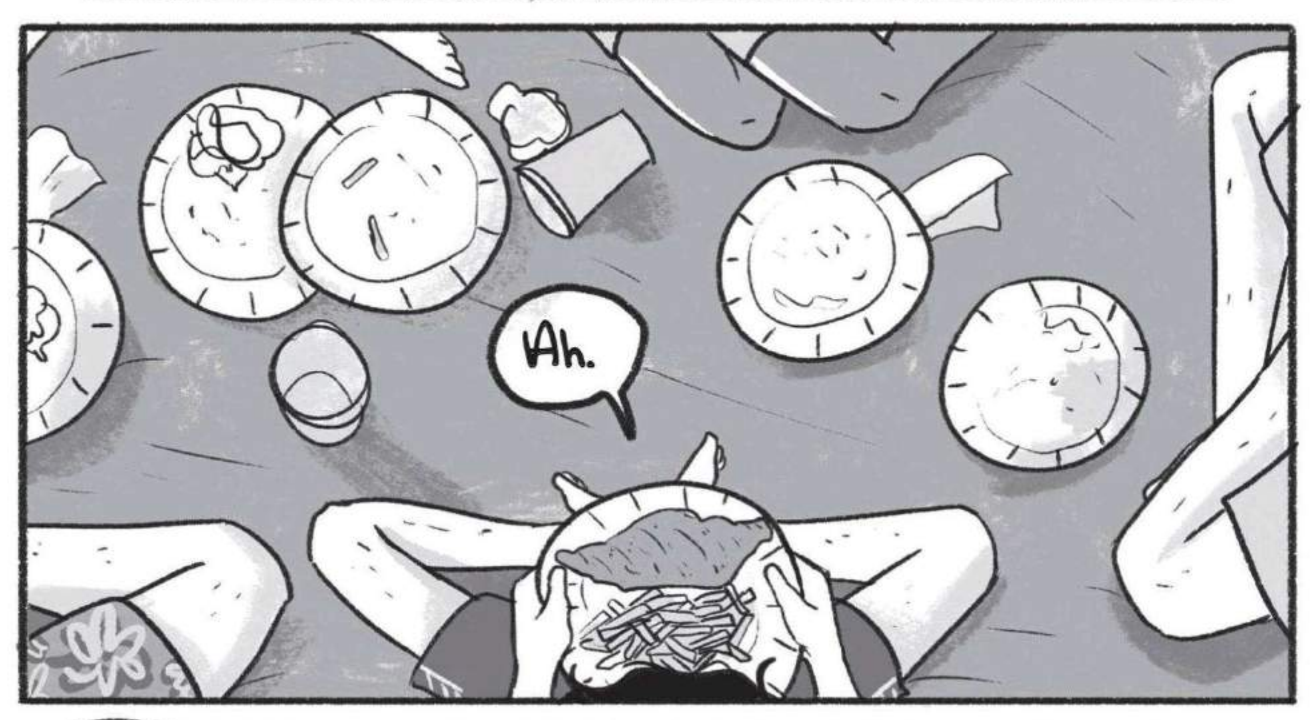

Oye... ¿podríamos vernos en el colegio? Sería chulo tener un amigo.
Ah... ¡Sí, claro!
Te presentaré a la peña del rugby.
¿La «peña del rugby»?
Son majos. Te lo prometo.


Uf, vaya, ahora estoy MUCHO mejor.
La arena es horrible.
¡Traemos patatas fritas!
Y pescado y salchichas.
¡Comida! ¡Sí!
Me muero de hambre.
¿Me habéis traído mi té frío?


¡Toma, Charlie!
PIC PIC
No no
puedo
para
no
malo
asqueroso
repugnante
malo
para
no
puedo
para
malo
para
asco
¿Charlie?


susurro
¿Te pasa algo?


¿Eh?


¡Ah.


Hoy me está costando, ja, ja.

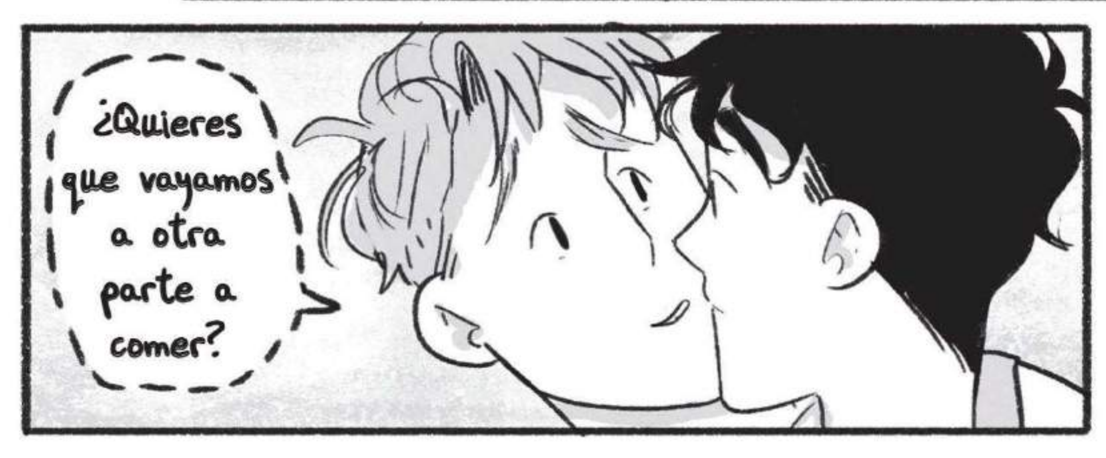



PENSANDO UN PLAN.




Pfft.

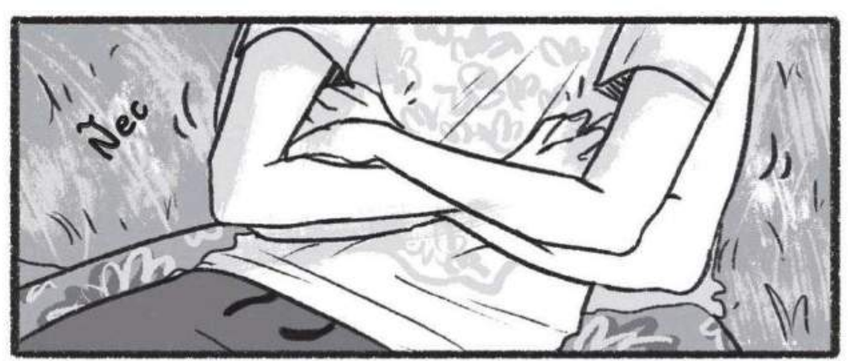

Eh, hola.
Hola.


¿Quieres que vayamos a otra parte a comer?


No... No quiero que se den cuenta.
Podríamos ir a comprar helado o algo.
Nick...
No puedo.
Hoy no puedo.
Lo siento.

¡¡Eh!!

¿Vais a seguir tonteando o nos ayudáis a comer esto?






Gracias.
Tranqui.


Los falafeles están DE MUERTE. ¿De verdad los ha hecho tu madre?
Sí. Y dice que no están tan ricos como los que prepara mi abuela en Egipto.
¿Vas mucho por allí? ¿A visitar a tus abuelos?
Bueno... Ya no.
En Egipto es muy peligroso ser trans. Te pueden detener o agredir o... algo peor. Solo por ser tú misma.
A ver, ya sé que eso pasa en todas partes, pero allí es mucho más frecuente. No voy desde los once años.


Bueno... ¡Nos tienes a nosotras!
Sí. Seremos tus abuelas adoptivas.
Yo sería una abuela ideal, porque... Uno, mis galletas están para chuparse los dedos. Dos, soy supersabia. Tres, me encantaría darte dinero, si tuviera. Cuatro...
Darcy no se lleva bien con su familia. Son una gente horrible.


No solo son homófobos... Además la tratan fatal. La critican por todo.


Cuando la conocí, pensé que tenía una vida genial. Como parece tan segura y feliz...

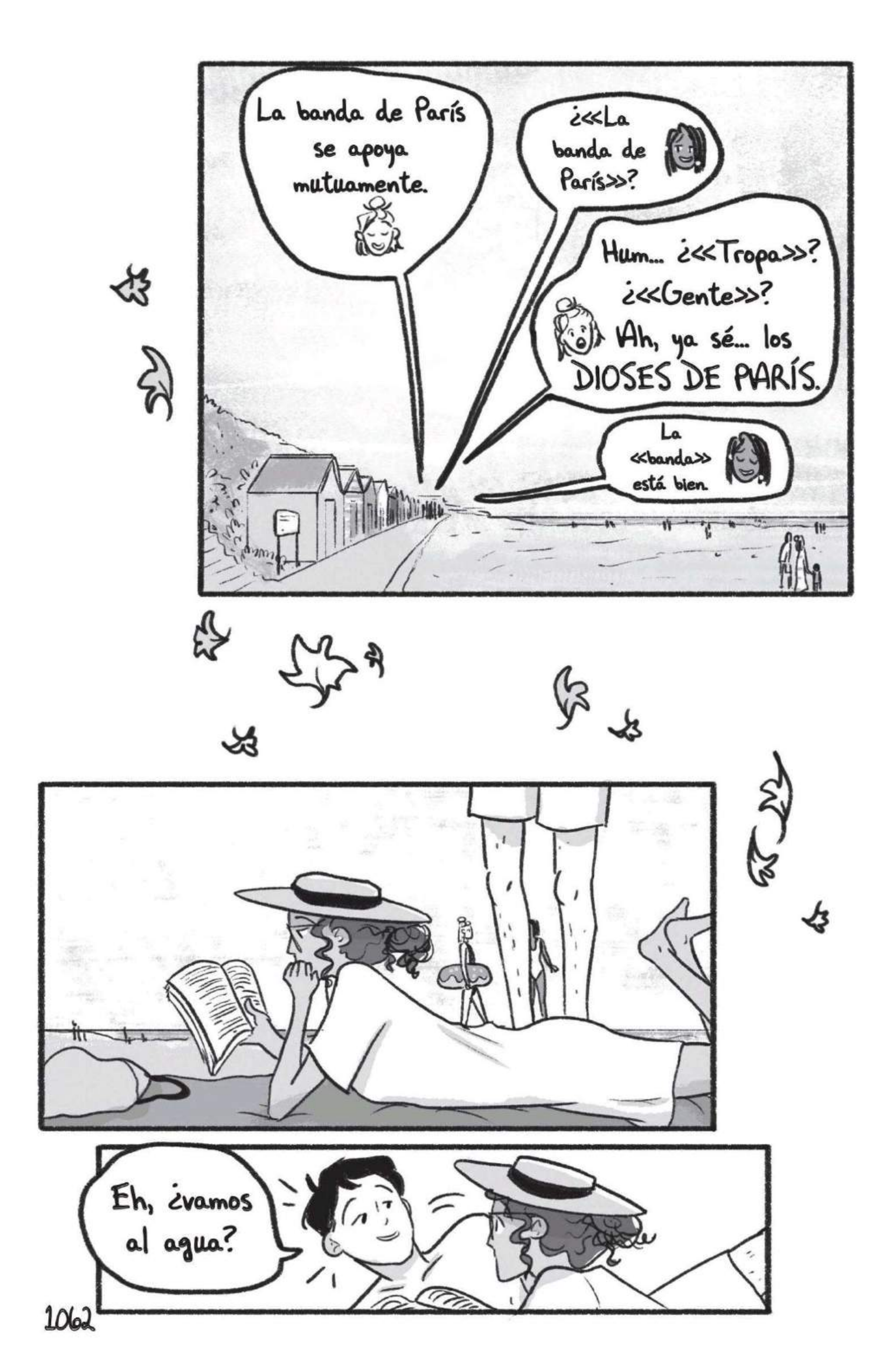

Pero descubrí que a veces la gente tiene problemas... y nadie se da cuenta.
Ojalá le hubiera dicho antes...


<<Cuenta conmigo.>>
<<Sé que lo estás pasando mal.>>
Ñec


EN REALIDAD, es un rollo lacrimógeno que cuento para que los padres de Tara me adopten.
Pero entonces seríamos hermanas y no queremos eso.
¡¡Pero podría dormir en tu habitación!!
Mi madre te obligaría a dormir en el cuarto de invitados y lo sabes.


¿Tú has salido del armario en casa, Nick?
Con mi madre, pero no con mi padre.
No nos vemos mucho.
En realidad, no sé cómo reaccionaría.

Pero os tengo a vosotros. Con eso me basta.


La banda de París se apoya mutuamente.
¿<<La banda de París>>?
Hum... ¿<<Tropa>>? ¿<<Gente>>? ¡Ah, ya sé... los DIOSES DE PARÍS.
La <<banda>> está bien.
Eh, ¿vamos al agua?

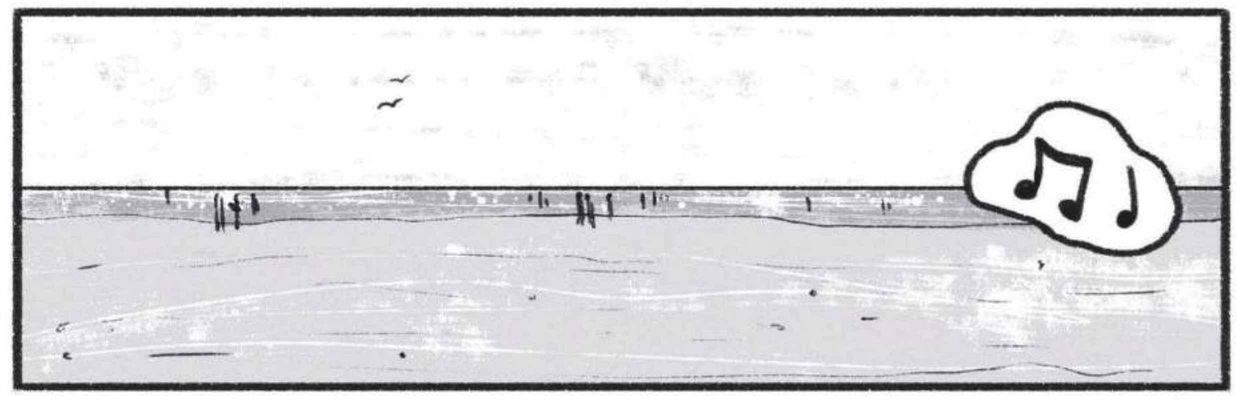




Vale. ♡





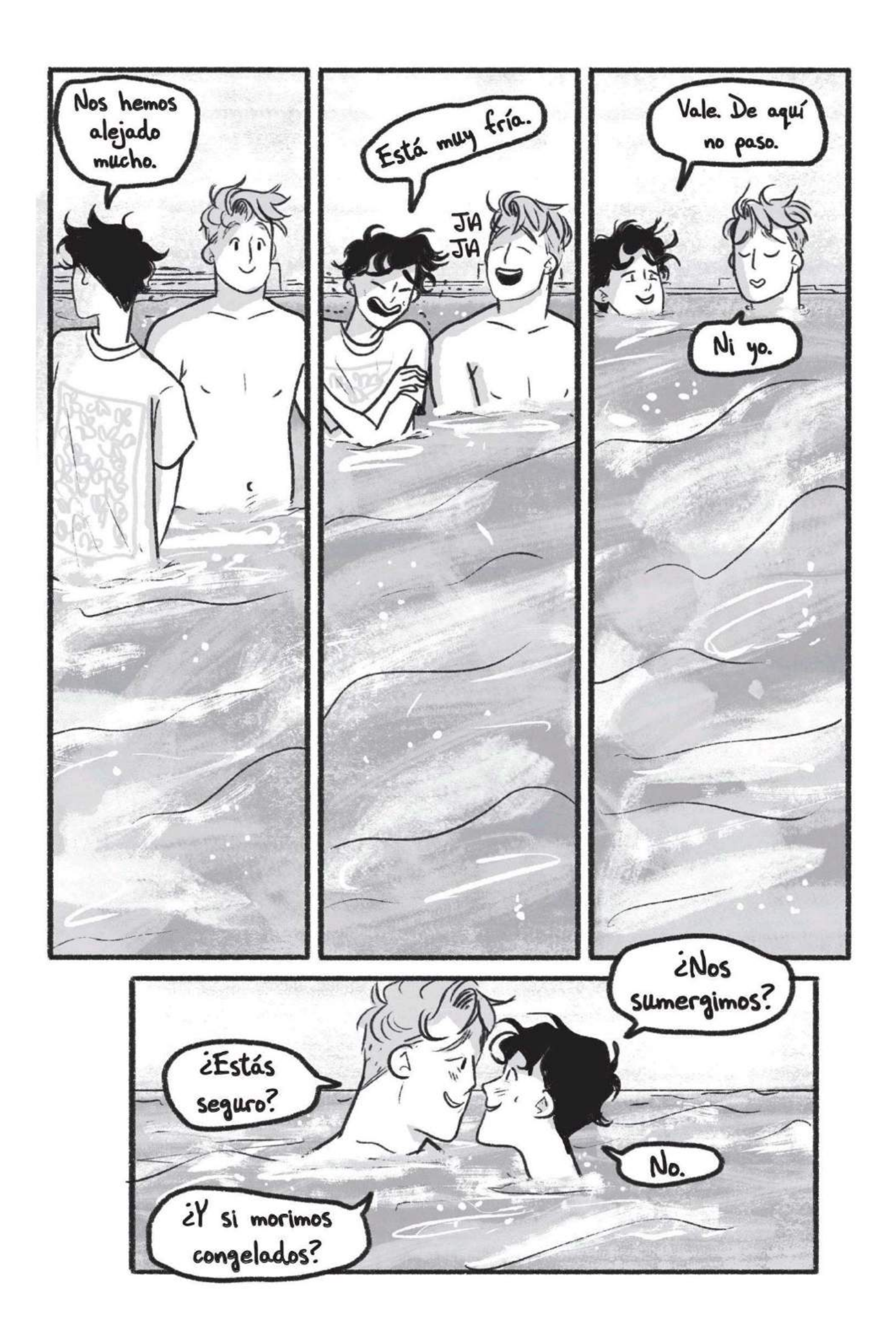




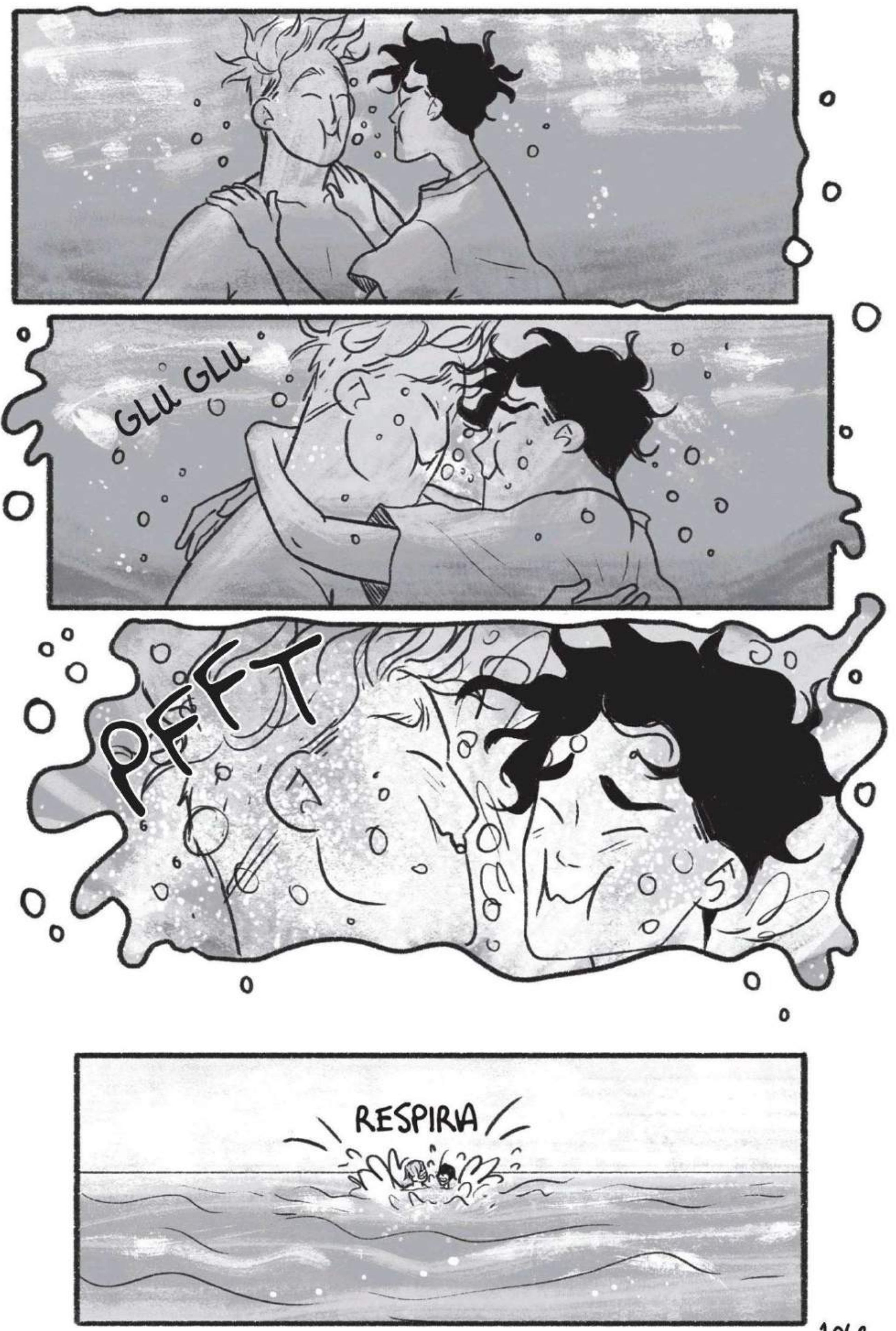

PIC


Eh.
Ven al agua conmigo.
No...
Es que...
...no me quiero quitar la camiseta.


Déjatela puesta.
Se secará con el sol.


Nos hemos alejado mucho.
Está muy fría.
JA JA
Vale. De aquí no paso.
Ni yo.
¿Nos sumergimos?
¿Estás seguro?
No.
¿Y si morimos congelados?


Me arriesgaré.


GLU GLU
PFFT
RESPIRA

¡Eh!

¡Esta parte no es tan honda!

SPLAAAASH






¿?
¿?
¡¡¡NICK!!!
RASH
SPLASH


¿De qué vas?


Te odio.

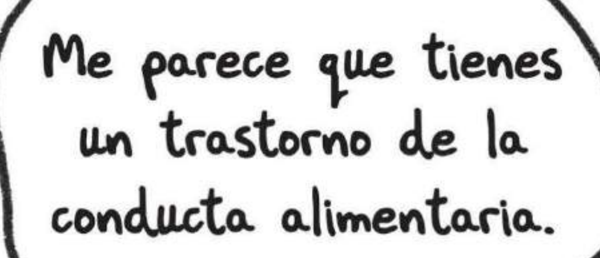







«Díselo hoy.»


Nick...
Quería decirte una cosa...
Ah... ¡Sí! ¡Yo también!
¿En serio? Ah... Je... ¡Tú primero!
Vale, bueno, pues...


Me parece que tienes un trastorno de la conducta alimentaria.

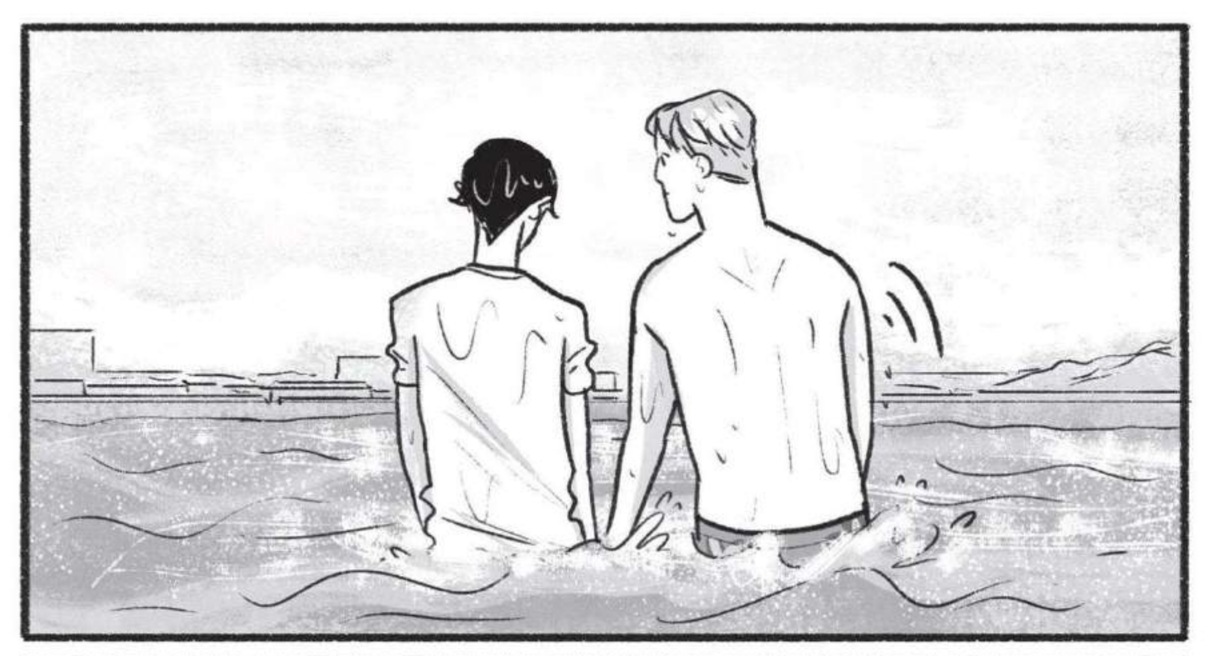

He estado buscando información en internet y ya sé que no quieres que... en plan... que intente curarte y eso, pero me importas muchísimo y me he dado cuenta de que el problema está empeorando


¿Estás...?
¿Estás enfadado conmigo?
...
No.
No, es que... yo...
Ah.


¿Era de eso de lo que me querías hablar?
NADA


Sí.

...

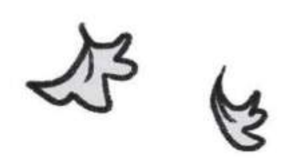



Y si tengo ...eso... ¿qué puedo hacer?


Se lo puedes decir a tus padres...
Sí, pero... no sé si me creerán.


La gente piensa que los trastornos alimentarios son... cosa de chicas.
¡Pero no lo son! ¡Lo he buscado! ¡Les podemos enseñar a tus padres artículos y páginas web!
Se lo explicaremos y... ¡y así te podrán ayudar!
Sí, podríamos intentarlo.


¿Te dejo en tu casa, Charlie?
¿?
¿?
¡!
¿Me dejas en casa de Nick, por favor?




CRUNCH
TOKY
東


ÑAM
ÑAM
Z Z
¡AGH!


¡¡¡Me marcho a Menorca en doce horas y no encuentro las GAFAS DE BUCEAR!!!


Me las habrá robado David.
FLOP


ÑAM


Aún no me creo que te marches tres semanas enteras.


Es la primera vez que pasamos tanto tiempo separados...
ÑIC
¿Qué? ¿Me vas a echar de menos?
Puede. Un poquitín.
¿Solo un poquitín? Rancio.
Bueno, un poco bastante.


ACHUCHÓN
Ya sabes que te echaré mucho de menos.
BESO
JA JA
Vale, necesito ducharme. Tengo arena por todas partes.
TOKYO

¿Vemos una peli cuando acabe?

Mientras no sea de Marvel...

¡Ah, sí, olvidaba que tienes mal gusto.

¡EH!

¡Tardo diez minutos!

PLAM






RIASH






Hola.
Hola.
¡!
VALEHOP


Nick está tan enamorado de ti que casi dais asquito.


FFFSSSH


DING

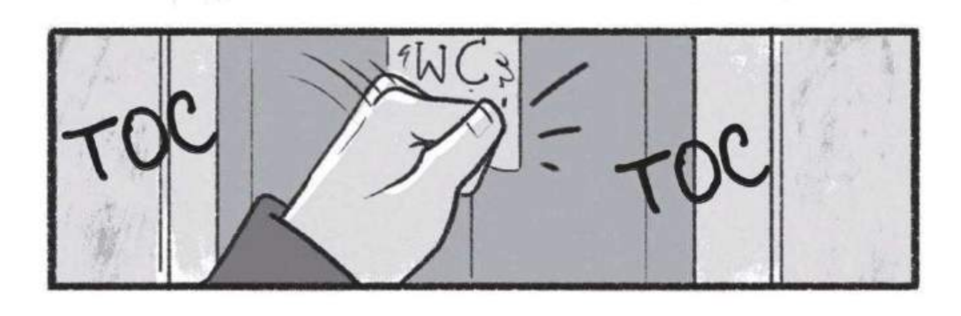

UK
21.16
Miércoles, 11 de agosto
ahora
MENSAJES
Mamá
¿No vuelves a casa?
Son más de las 9.


UK
21.17
Mamá
¿No vuelves a casa?
Son más de las 9.
TAP
Iba a ver una peli
con Nick
Quedamos en que
llegarías a las 9. Ven ya.
TAP
TAP
Ups vale
T Y U


WWhoosh

FFSSSSSHH





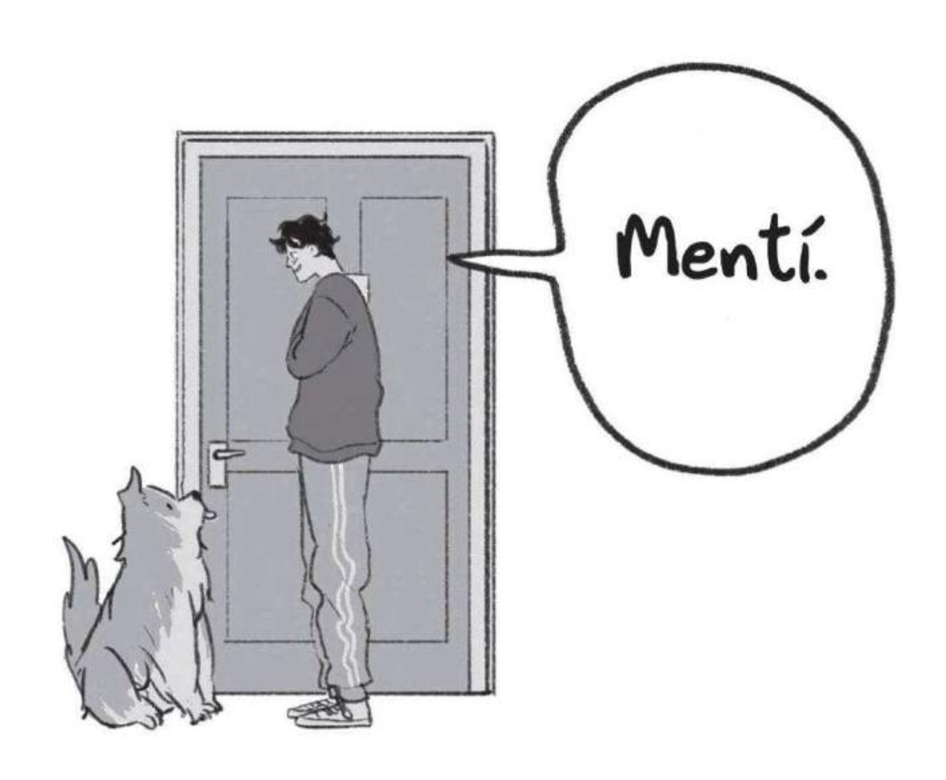

¿NICK?
FSSSSHH
¿?
¿?
FSSSSHH
¿Sí?
Esto...
Mi madre
quiere que vaya
a casa.


¡Ah... ¡Vale!
¡Espera, que te acompaño! ¡Tardo dos minutos!
FROTA
FROTA
No, no, tranqui, es que...
¡Antes, cuando estábamos hablando en la playa...
¿Sí?


...

GUAU

SENTADO


Mentí.



Cuando me has preguntado si iba a hablarte de eso de la comida. En realidad quería decirte otra cosa.




Te quiero.


. . . .
FFFFFSSSSHH
. . . .
Y... eso.
En fin...


Vale... ¡adiós! ¡¡No hace falta que me acompañes!!
...
ESPERA
P L O M
¡¡Charlie, UN MOMENTO!!

Charlie...



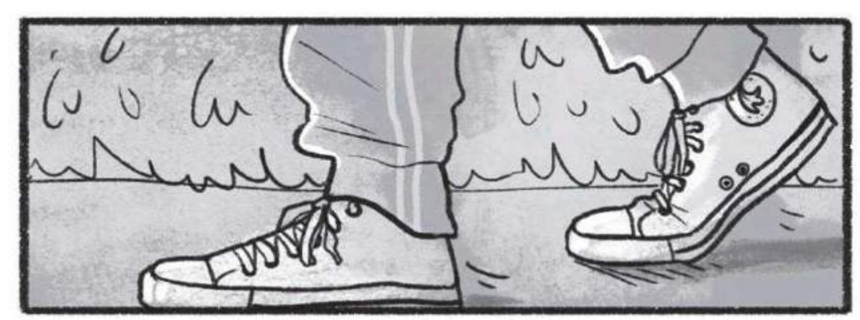

¡Oh, no!
No, no, no, no, no...
Ropa. Necesito ropa.


PLOM
PLOM
PLOM
ZOOM
¿Qué estás haciendo, jovencito?
¿DÓNDE ESTÁ CHARLIE?
Ha dicho que se iba a casa. ¿Por qué?


¡¡Nicky!! ¡Ponte unos zapatos al menos!
RASH







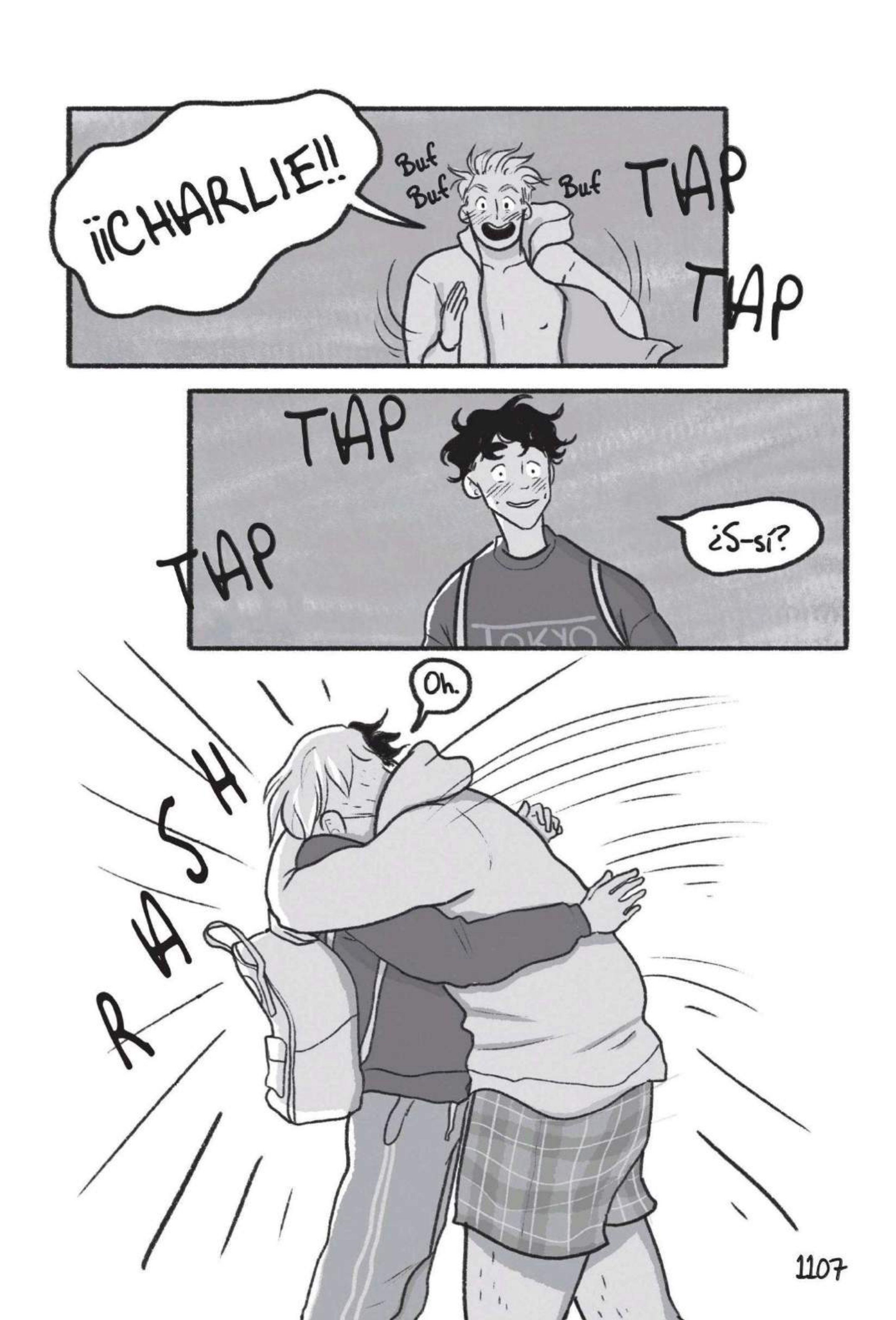

Idiota, idiota, idiota.


FROTA
Qué idiota soy.
TIAP
TIAP
TIAP
TIAP
TIAP


SE VUELVE
TIAP
TIAP


TIAP
TIAP

TIAP


¡¡CHARLIE!!
Buf
Buf
Buf
TAP
TAP
TAP
TAP
¿S-sí?
TOKYO
Oh.
RASH


BUF
BUF


BUF
BUF
Ho-hola.


BUF
BUF
BUF


Esto... Vas medio desnudo.
BUF
BUF
BUF


Me lo has dicho mientras estaba EN LA DUCHA.
Per...
Y no se te ocurra pedir perdón.
Vale.


¿Me lo repites?
Lo que has dicho... ¿Me lo puedes... repetir?


Me da vergüenza.
¿Te lo digo yo primero, entonces?
Eh, yo lo he dicho antes. ¡¡No te lo apropies!!
JA JA JA


Te quiero.
Y no hace falta que me lo digas tú también. Quería que lo supieras, porque te marchas tres semanas y...



Yo también te quiero.
Te quiero muchísimo...


No lo dirás porque yo te lo he dicho...
¡¡Charlie!!
Ja, ja, ja.
Ven aquí, idiota.




¡Todavía estás mojado!


Sí, claro, me has dicho <<te quiero>> por primera vez mientras estaba EN LA DUCHA.


¡Ay, jo, ¿cómo se me ocurre?
¿Por qué somos así?


Porque eres mono.
Y me quieres.
Y yo te quiero.


¿Ahora me dejas acompañarte?
Pero si no llevas camiseta...
TOK
Pensé que te gustaría. Como me mirabas tanto en la playa...
No... No te MIRABA.
Tranqui, puedes hacerlo. Estamos enamorados.
Ay, cállate ya.
Además, podrías devolverme mi sudadera.
Oh... :(
Charlie, tienes como cinco sudaderas mías.
Es posible...





Charlie.

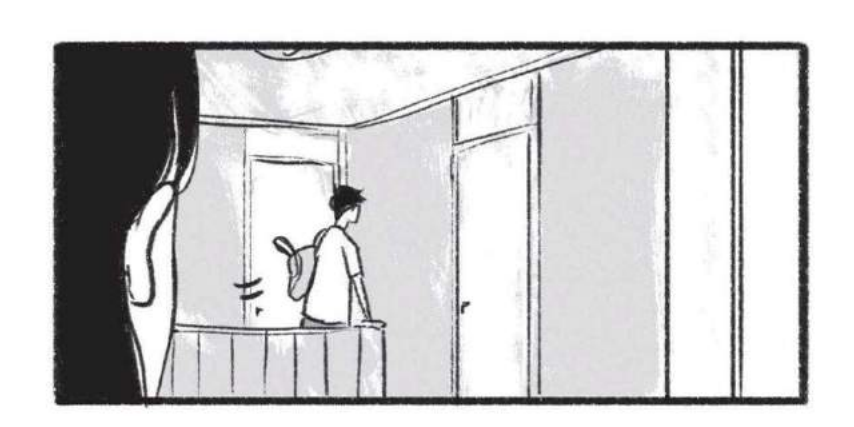












¿Y qué? ¿Se lo has dicho?


¿Desde cuándo llevas el pelo corto?
Contesta a mi pregunta, Charles.
Sí. Se lo he dicho.


Entonces, ¿lo has pasado bien?
RETORNO A BRIDESHEAD
Evelyn Waugh
Sí, ha sido...
Nick y yo hemos hablado de...


...
Hum... Sí.
Ha estado bien.







hola

te quiero

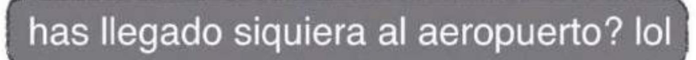
mucho



Hola yo también

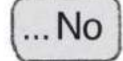
TE QUIERO!!! Me gusta decirlo

Ya te echo mucho de menos









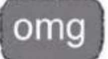




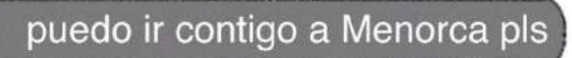




¡¡¡Saludos de mis primitos!!!









El avión sale en 90 min

Puedes correr tanto?



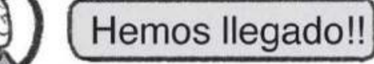
podría probar

a lo mejor quepo en tu maleta







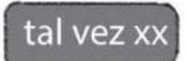


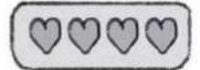


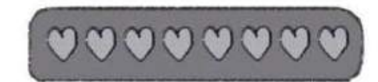





Vas a hablar con tus padres sobre el asunto de la comida?

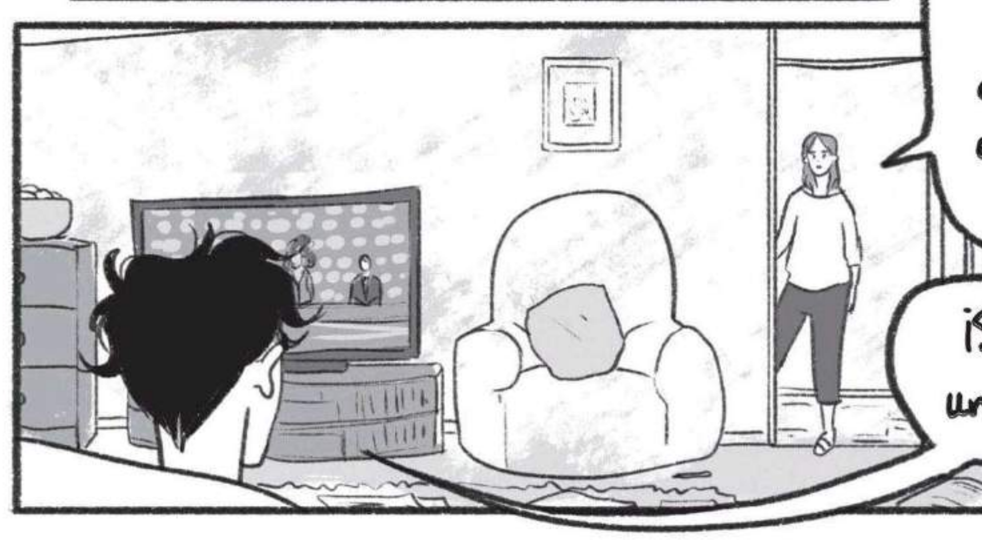



.ıll UK
59%
17.32
Jueves, 12 de agosto


17.32
Nick
ya has llegado?
mándame una foto de la casa!!!
TIAP
TIAP
TIAP
te has quedado sin batería jaja


BORRAR


Charlie, te he dicho que ordenaras esto.
¡Sí, espera un momento!


¡Ahora, por favor!
BZZ
BZZ
Nick
Móvil
Rechazar
Aceptar
BZZ


¿Nick?


¡¡Charlie!! ¡Hola!
Lo siento, en la casa no hay cobertura ni wifi. He tenido que ir andando al pueblo.


Ch- la cober wi al...
Nick no te... la voz...


¡Charlie! ¡No estás ordenando!
¡Un momento, estoy hablando con Nick!
SE LEVANTA
¡Charlie! ¡Te oigo muy mal!
Cuelga ahora mismo.
¿Charlie? ¿Estás ahí?


CLICK
bip
bip
bip
bip
NICK
Fin llamada
De todas formas tenemos que hablar sobre Nick.
No quiero que te quedes en su casa hasta las tantas.
Sois demasiado jóvenes para tener relaciones.
¿Qué...?
Pero si nosotros no...


No soy tonta, Charlie. Ayer, cuando llegaste, llevabas puesta su ropa.
Pero...
Y no deberías quedar con él cada día. Tienes deberes de verano. Estás a punto de empezar el bachillerato...
Entonces, ¿qué? ¿No puedo tener novio?
No cambies mis palabras, Charlie Spring.
Solo te digo que no abandones todo lo demás por un romance de instituto.
...
DAD
¡No es un romance de instituto! ¡¡¡Le quiero!!!


Venga, Jane, no es para tanto.
Su vida no puede girar alrededor de su novio.
¡Yo solo se lo digo por su bien!
17:37
Nick
Vas a hablar con tus padres sobre el asunto de la comida?
tal vez xx
Ya has llegado?
APRIETA

Ya vale...
...¡¡¡DEJADME EN PAZ!!!...


PLOM
PLOM

BLAM

Julio, no me desautorices delante de él.

Pero tú sabes que no era para tanto.

Es que... todo lo que le digo le parece mal.





La primera semana...




Nick, ¿por qué no ha venido Nellie?
¡A Nellie no le gusta volar! Se ha quedado con los abuelos.
¡El año que viene tienes que traer a tu novio, Nick!
¡Sí! ¡Sería genial!
Bah...
Patético.
Compórtate, David.

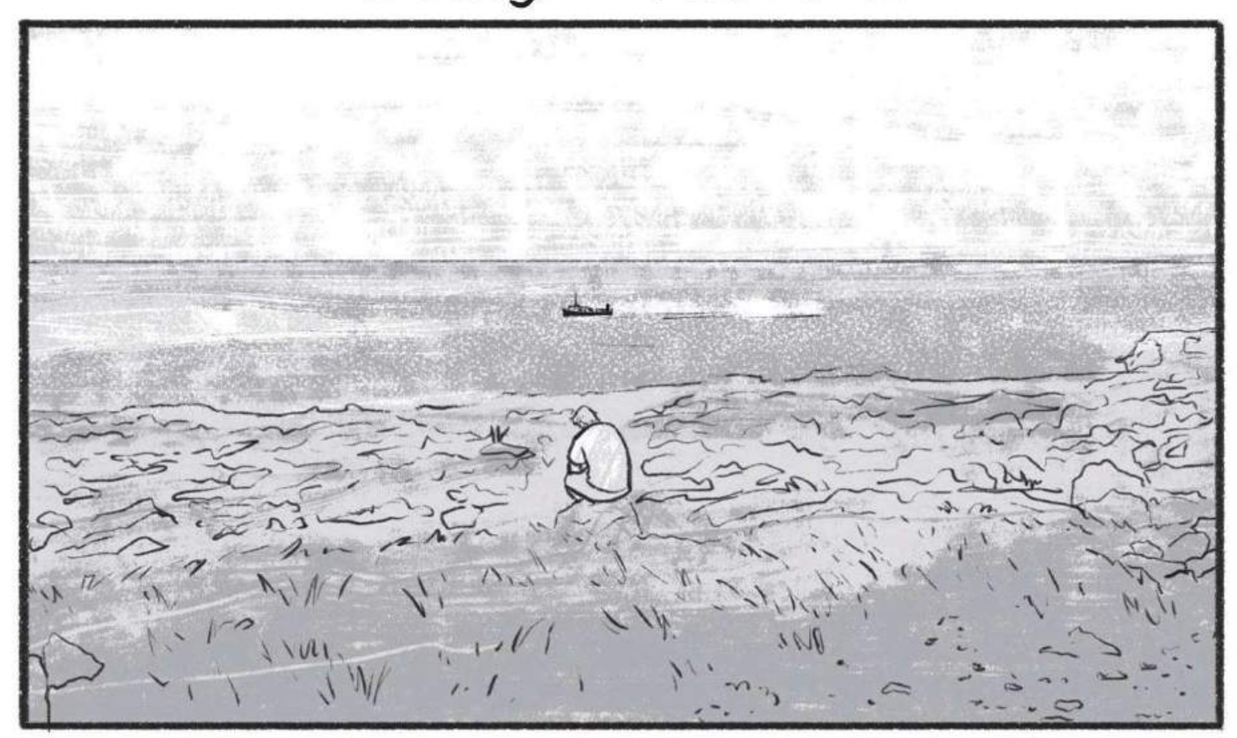



Charlie!!!! Contesta al chat del grupo jajaja
RETORNO A BRIDESHEAD
EVELYN WAUGH
perdón estaba ocupado lol
Vienes al cine la semana que viene o no???
sí!


Por qué tardas tanto en contestar los mensajes 😂



La segunda semana...







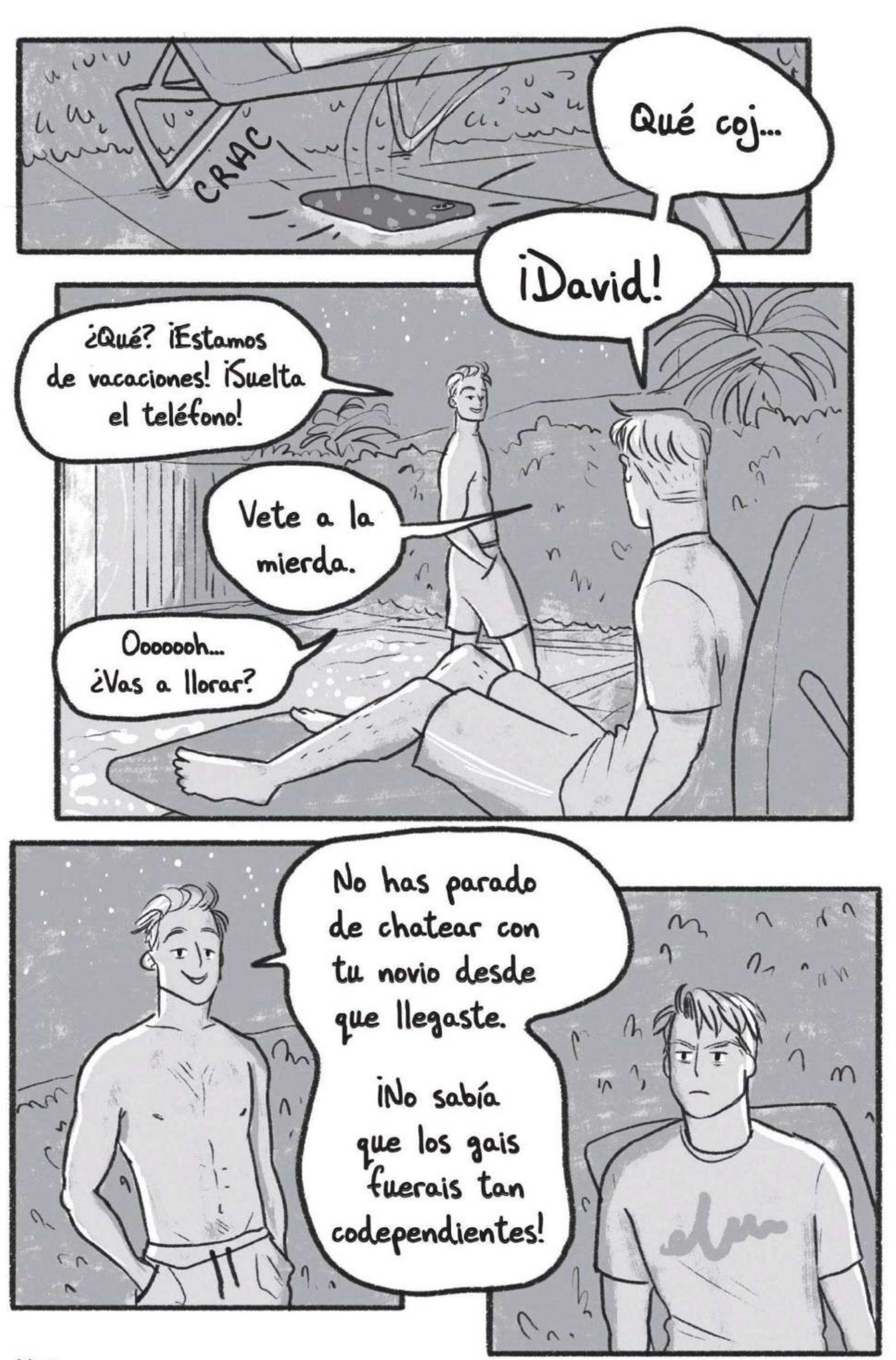

SALA 6
SALA 7
SALA 3
Eh.
Estás muy callado esta noche...
¿Te pasa algo?
¿Echas de menos a Nick o...?
¿Te preocupa alguna cosa?


El cordón.


...
...


Muy bien! He ido al cine con la peña ☺ Tú qué tal?


PLAS


CRAC
Qué coj...
¡David!
¿Qué? ¡Estamos de vacaciones! ¡Suelta el teléfono!
Vete a la mierda.
Ooooooh... ¿Vas a llorar?
No has parado de chatear con tu novio desde que llegaste.
¡No sabía que los gais fuerais tan codependientes!


Y aún no le has hablado a papá de él.
Tu cumpleaños va a ser superincómodo.
...
ZAS
jaja noches!! xxx
Hoy
Eh!! Qué tal hoy???
Muy bien! He ido al cine con la peña Tú qué tal?

La tercera semana...

FLAP

¡Tori!
¡Ya podías haberte arreglado un poco para cenar!
¡Tus abuelos han venido a veros desde el sur de España!

Yo me veo bien.

¡Ve a buscar a tus hermanos, por favor!
¡Llegarán enseguida!






Eh, los abuelos están a punto de llegar.
Vale.
Papá ha preparado un asado que no sabrá a nada, fijo.
Vale.
...
¿Qué?
¿Te pasa al...?
¿Qué decís de mis dotes culinarias?


Nada. Bajamos en un segundo, papá.
Umpf.
¡No me creo que sea nuestra última noche en Menorca! ¡Las tres semanas han pasado volando!
Yo casi echo de menos el aburrido clima inglés.




[En español]
[¡Hola, abuelo!]
[¡Charlie! ¿Cómo te va en el colegio?]
[¿B-bien?]


TIAP TIAP
Ay, ese cole... ¿Cuándo te enseñarán a hablar bien español?



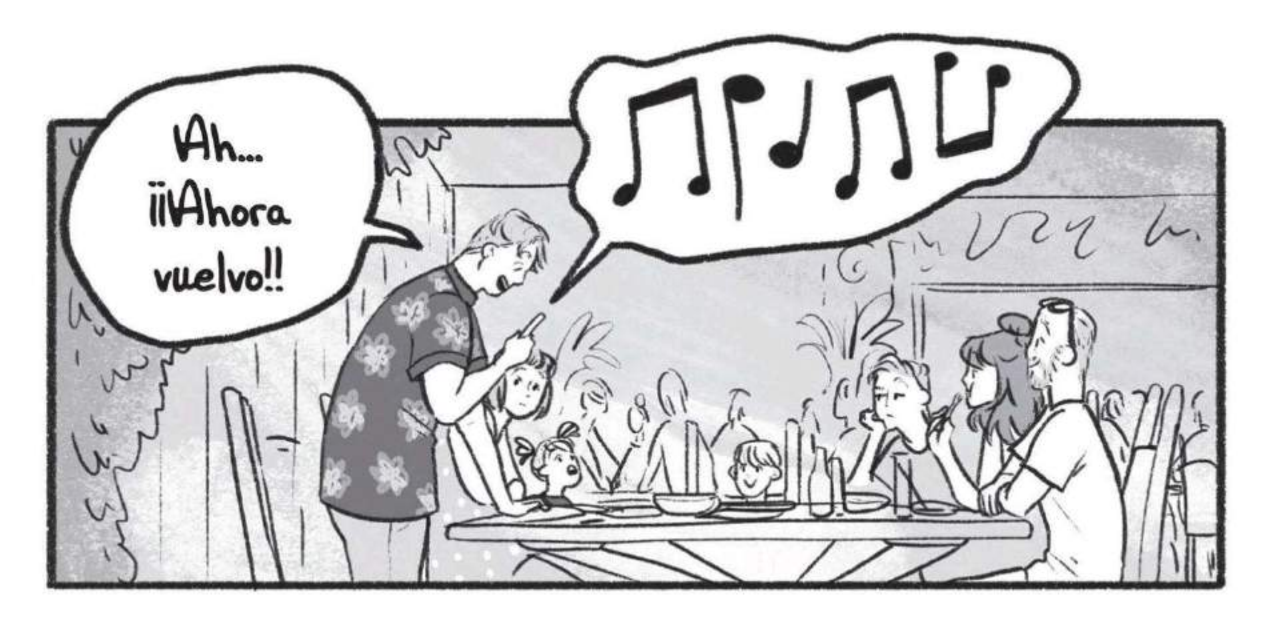

¿Qué te pasa, Charlie?

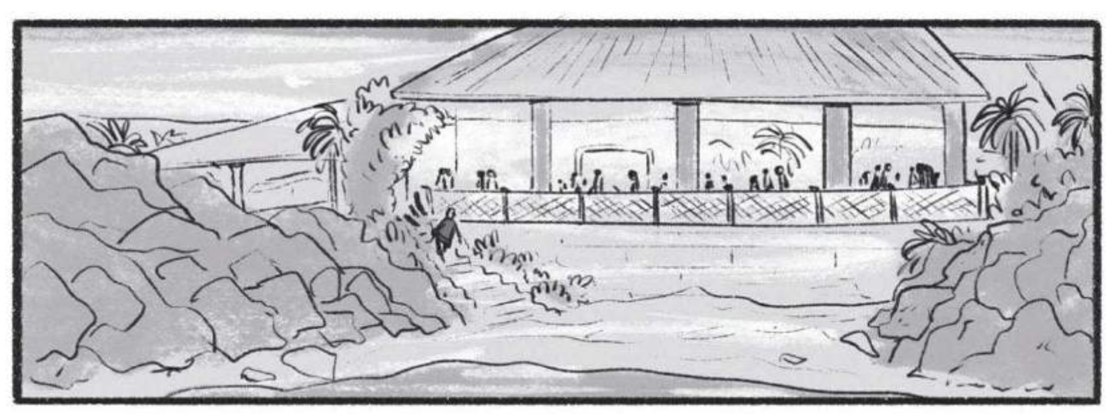

ARRIBA
Es que... Perdón... No me encuentro bien... Hum... Vuelvo enseguida.






Nick Nelson
mensaje





¿Charlie?

¿Nick?


¿Me oyes? Estamos en un restaurante del pueblo, pero...
¡Sí! ¡Sí, te oigo bien!
Menos mal. Buf, te echo de menos.
¡¡Yo también!! ¡Cuéntame cosas de tus vacaciones!
¿Con quién habla?
Con el plasta de su novio, seguro.

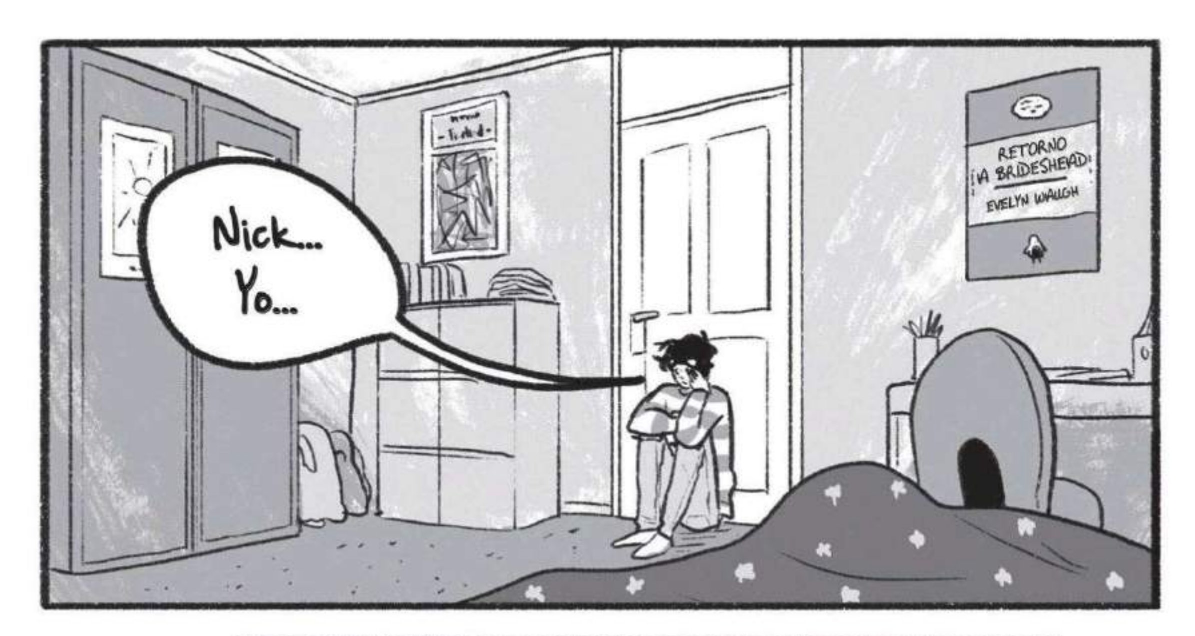
Cállate, David.

Llevamos todas las vacaciones aguantando tus sarcasmos.

Si vas a ser tan desagradable, el año que viene te quedas en casa.

buff




RETORNO A BRIDESHEAD
EVELYN WAUGH
Nick...
Yo...


No se lo puedo contar a mis padres.




¿Por...
por qué no?

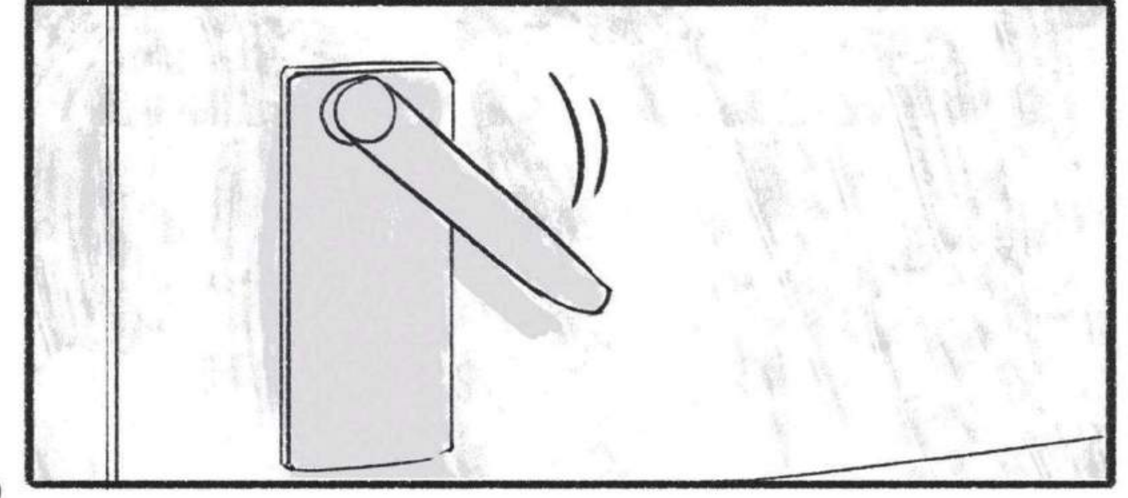

...


Es que... no puedo hablarles de esto.
Mi madre no es como la tuya. No... no hablamos de esas cosas. De sentimientos.
Solo se enfada conmigo.
Pero...
Charlie, yo...


Yo...
no sé qué hacer.


...


TOC TOC
¿Charlie?

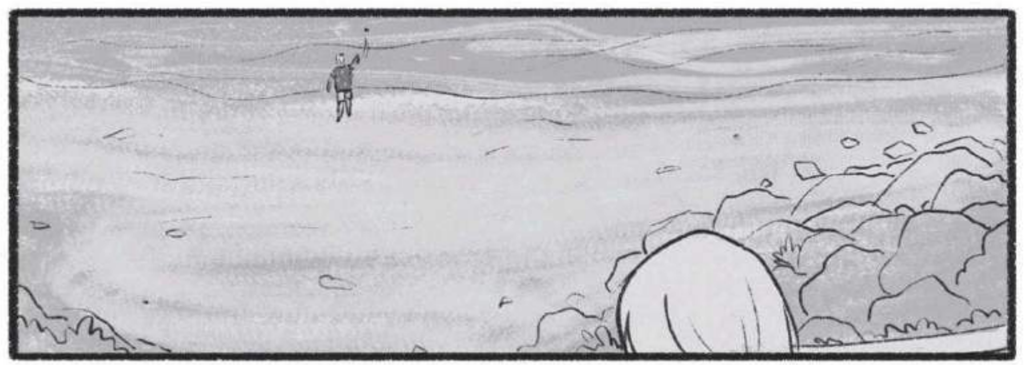



¿Te encuentras mejor?
Sí.
¿Vienes a la mesa?
Sí.
SALE
¡¡Tengo que irme!! ¡Te quiero!
Te...


CLIC
... quiero.




¿Y ahora qué?



PLAP

PLAP

CHOF




Cielo... ¿qué es lo que te pasa?
Me parece que Charlie tiene un trastorno de la conducta alimentaria. Y no sé qué hacer.
Un trastorno alimentario... ¿Estás seguro?
Sí... A veces no come nada. Con frecuencia.


Le cuesta mucho comer y se pone muy nervioso. Está cada vez peor y yo he intentado convencerlo de que se lo cuente a sus padres, pero dice que no puede hablar con ellos de cosas así y... no sé qué decirle. No quiero obligarlo a comer, porque se agobiaría y se estresaría, pero...




si no hago algo, al final se... se...

Lo quiero mucho. Y estoy muy asustado.





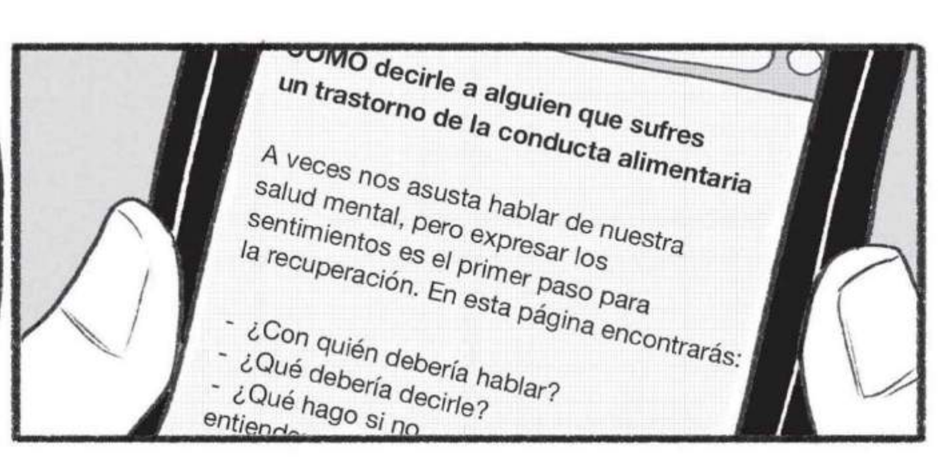



Tienes dieciséis años, cariño.
Es demasiada responsabilidad para un chico de tu edad.
Es normal que estés asustado.
No sé qué hacer. No sé cómo arreglarlo.
Quizá no puedas, cielo.


¿Qué? Pero... ¡tengo que hacerlo!
¡Soy su novio!
Ya lo sé, cariño.
Y sé que lo quieres muchísimo.
Y seguro que él también te quiere.
Y tienes la sensación de que debes <<salvarlo>>.


Pensáis que no podéis vivir el uno sin el otro,
pero tanta dependencia no es sana para ninguno de los dos.
Charlie debe pedir ayuda a alguien que no sea su novio de dieciséis años.


Tiene que hablar con un médico o un psicólogo.


Alguien que entienda de trastornos alimentarios y sepa cómo tratarlos.
un trastorno de la conducta alimentaria
A veces nos asusta hablar de nuestra salud mental, pero expresar los sentimientos es el primer paso para la recuperación. En esta página encontrarás:
- ¿Con quién debería hablar?
- ¿Qué debería decirle?




El amor no puede curar una enfermedad mental.


Entonces... ¿no puedo ayudarlo?
Yo no he dicho eso.
snif Y... ¿qué hago?
FROTA
Bueno... Hay muchas maneras.



Estar ahí por si te necesita.
Escucharlo.
Hablar.
Animarlo cuando esté de bajón.



Y si tiene un mal día...

¡¡Hola!!

Hola... Me ha abierto tu madre.

¿Cómo te encuentras?

Me duele mucho la garganta.

¿Quieres ver una peli?

Mejor no.

Pregúntale qué puedes hacer para que se sienta mejor.

¿Dormimos un ratito?

Te contagiaré.

Da igual.


Estar a su lado,
aunque las cosas se tuerzan...


Pero siendo consciente de que...
a veces las personas necesitan más ayuda de la que tú les puedes dar.


Eso es el amor, cariño.


Lo quieres muchísimo, ¿verdad?
ASIENTE
ASIENTE
Mira, vamos a hacer una cosa...
FSSSH


Cuando lleguemos a casa, tú y yo nos sentaremos y buscaremos cómo podemos ayudar a Charlie a hablar con sus padres o con un médico.
¿Te parece bien?
FSSSSSH
Sí.



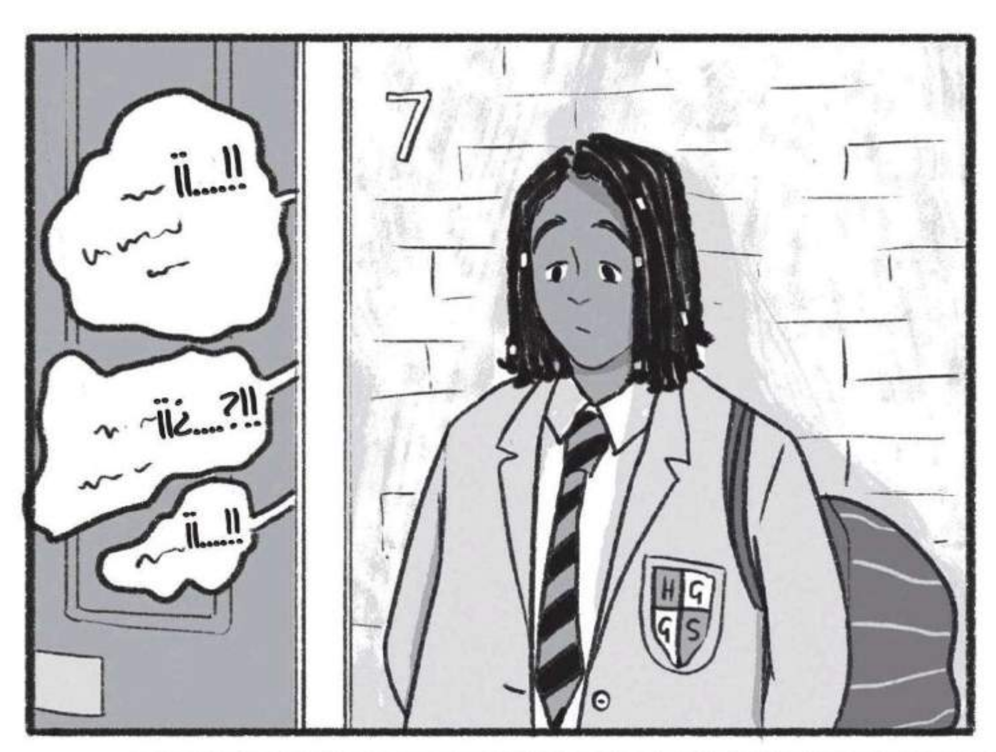
estoy deseando verte en el cole mañana!!!!!!!





Y yo!!!! TE ECHO DE MENOS





Vámonos de aquí, rápido.

¿Me estás diciendo que tienes ganas de volver al cole?
Con tal de no estar en esa casa...


Pero ¿¿te encuentras mejor??
Sí, estoy bien.
¿Seguro?
¡Sí, te lo prometo!


PREOCUPADA




Vaya, ahora seguro que me has contagiado el resfriado.
¡¡Que estoy mejor!!
Tranqui, ya sé que no te puedes resistir. Como soy tan sexy...
¡Ay, por favor.






¡Bachillerato! ¡¡No me lo puedo creer!!
Siempre se me olvida que eres un año mayor.
Y a mí. Qué vieja soy. ¡Pero me encantan mis asignaturas!
¿Te encantan tus asignaturas?
¡¡Sí!! Bellas artes, diseño textil, cine y literatura. ¡Y se acabó la educación física!


¿Quedamos después de clase?
Sí.
¿Un besito de despedida?
¡Pero si solo vamos al cole!
¡Es lo que hacen las parejas en la puerta!
Qué bobo eres, en serio.


BACHILLERATO


4º
CURSO
TAQUILLAS

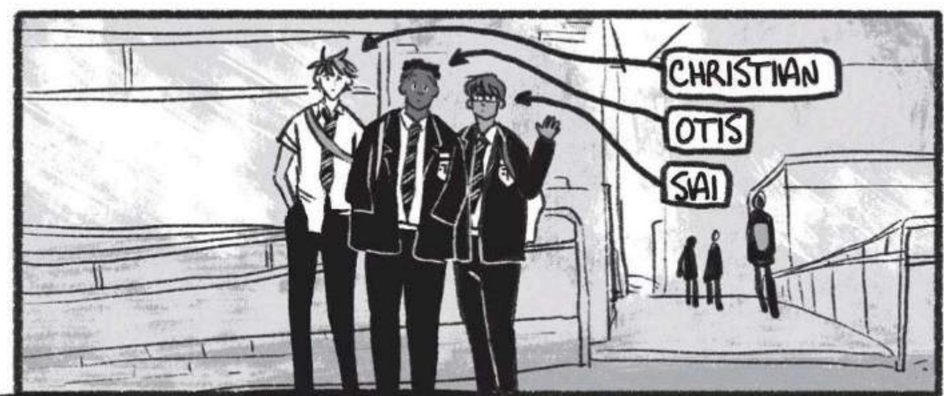

Será mejor que te vayas antes de que nos vean juntos.
Colegio Truham
Aparcamiento para empleados
¿Por qué? ¿Está prohibido compartir coche con otro profe?
Bueno... Ahora que los dos somos profes del Truham... deberíamos tener cuidado.
Los chicos hablarán si saben que estamos saliendo.
Así que... ¿estamos saliendo?

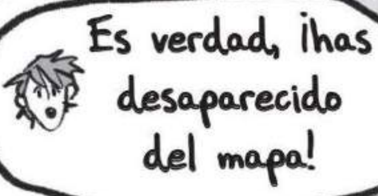

Eso espero. Después de pasarnos todo el verano juntos...
Te veo a la hora de comer.


Eso espero. Después de pasarnos todo el verano juntos...
Te veo a la hora de comer.


Nombre: Nicholas Nelson
Curso: Bachillerato
Clase: Hamlet 5
Asignaturas
PSI: PSICOLOGÍA
BIO: BIOLOGÍA
EF: EDUCACIÓN FÍSICA
GEO: GEOGRAFÍA
HORA
LUN
MAR
MIE
JUE
VIE
1
LIBRE
PSI
EF
LIBRE
2
GEO
BIO

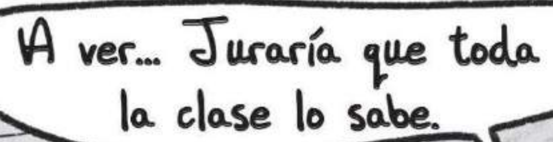

¡NICK!
¿?


CHRISTIAN
OTIS
SAI


Jo, Nick, ¿dónde has estado todo el verano?
Es verdad, ¡has desaparecido del mapa!
Ah, sí, es que he pasado tres semanas en Menorca y...


Entonces no ha sido porque estuvieras muy ocupado con tu NOVIO.
...
Que conste que ya lo sabemos.

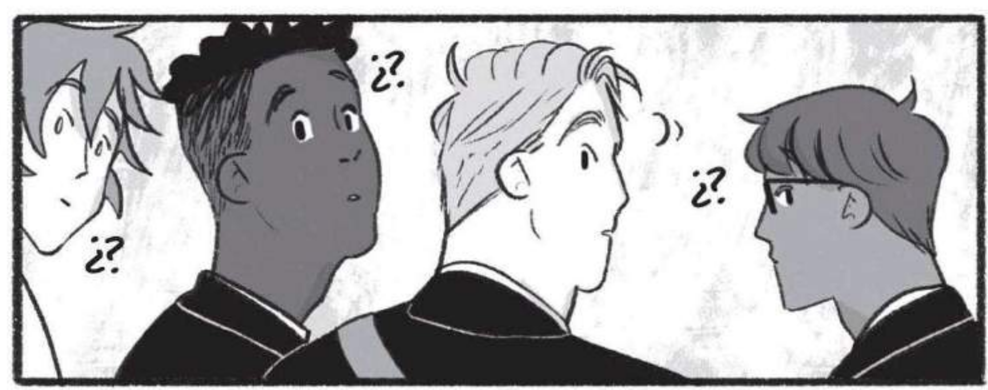

¡Ah... ¿Os habéis enterado de lo mío con Charlie?


¡A ver... Juraría que toda la clase lo sabe.
Si te daba corte decírnoslo por algo que hicimos, perdona.


El comentario de los <<buenos amigos>> no ayudó.


Fue UNA SOLA VEZ.
¿Me lo vas a recordar toda la vida?


¡Nick es el primero en tener pareja! ¡No me lo puedo creer!
Ni yo.
¿Por qué no te lo puedes creer?


¡Nick!
¿?
¿?
¿?


¡Sahar! ¡¡Hola!!
¡Tíos, esta es Sahar!
¡Hola!
¡Hola!
Se me había olvidado que en bachillerato admiten chicas, la verdad.



PING

RUGBY

8.07

Charlie

Y yo!!!! TE ECHO DE MENOS

Hoy

eh ya estás en el cole

POR POCO

date prisa necesito un beso


APRETUJADO


B23




Hola.
Hola.


¿Y el beso?
Primero abrazo.


Vale.




Vale, aún es raro besarte en público.
Ya, no queremos espectadores, ¿no?
¡Están saliendo!
Esta aula está vacía.
¡Venga! ¡Solo tengo cinco minutos antes de tutoría!


ZIAS
Tenía ganas de verte.


Muchísimas.
Sí.
Yo también a ti.



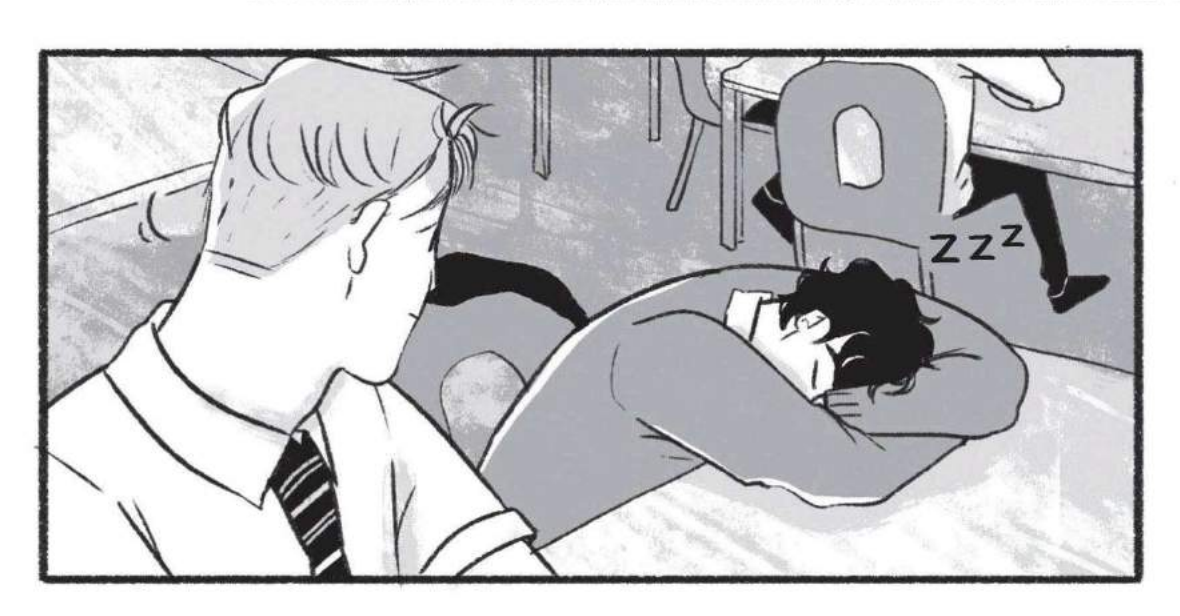

Eh... ¡Llevas la corbata de los mayores!
Sí... ¿Y?
Ja, ja... salgo con un tío mayor.
¿¿Y??
Pues que mola.
¡¡Charlie!!






¡Bienvenidos,
Hamlet 5!




ZZZ

Si estás preocupado por una persona querida

A veces es complicado abordar el tema de las salud mental, incluso con las personas que tenemos más cerca. Tal vez te preocupe decir algo inapropiado o que el otro se enfade. Pero romper el silencio es un paso fundamental para la recuperación.

A continuación te damos algunos consejos para hablar con una persona querida de su salud mental.







¡Vale, gente!


¿?
Atención, por favor...


Soy el señor Farouk. Seré vuestro tutor este curso.

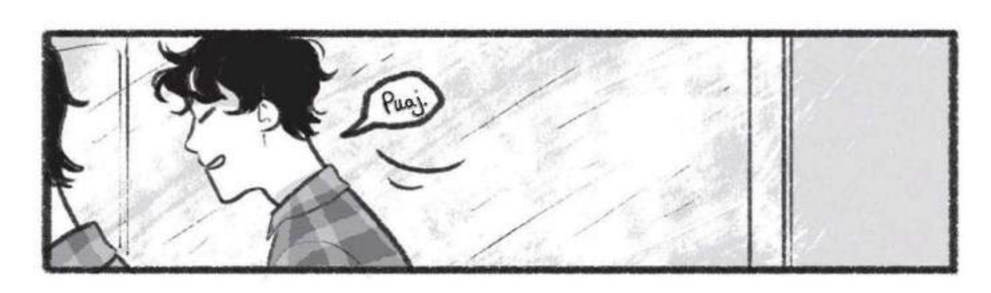

¿Te has dormido?
Ja, ja... Ups.

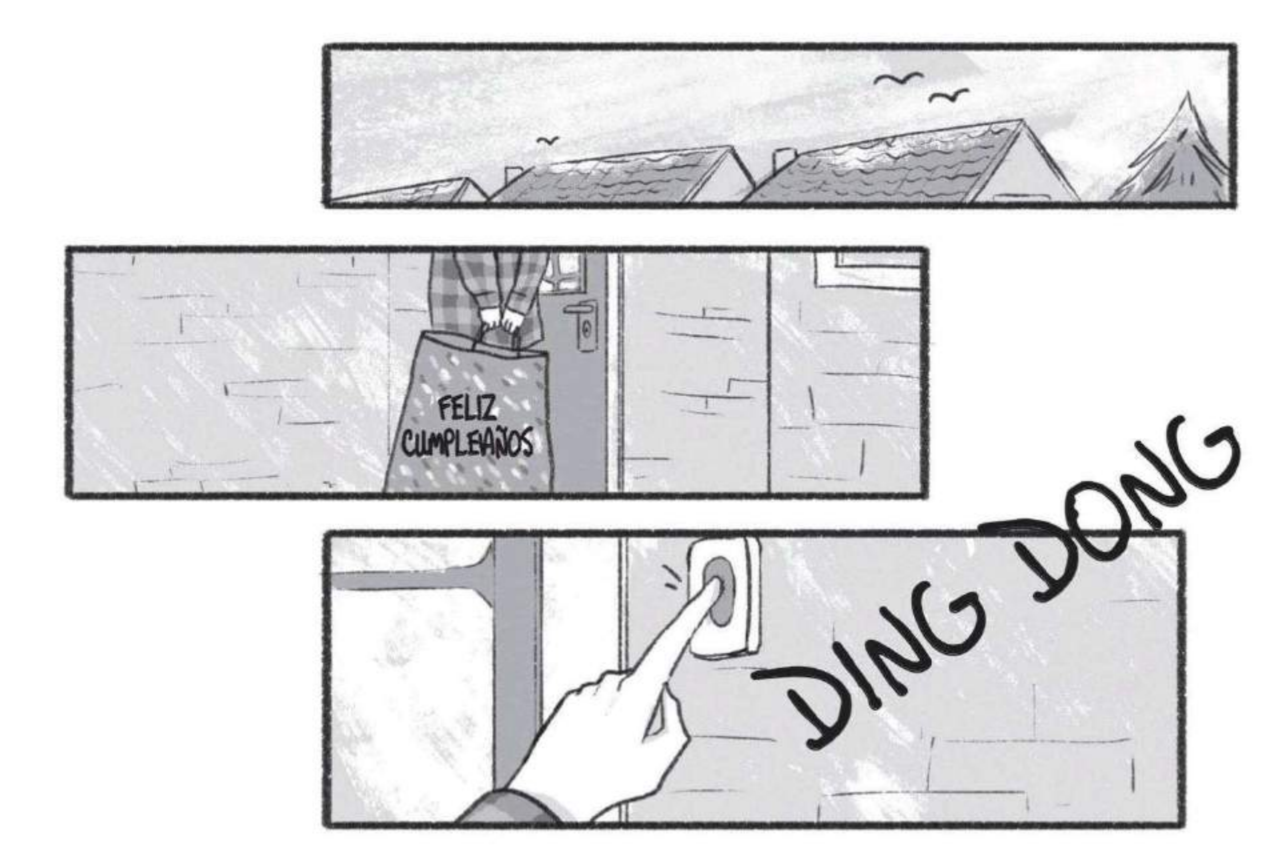

Estoy muy cansado.

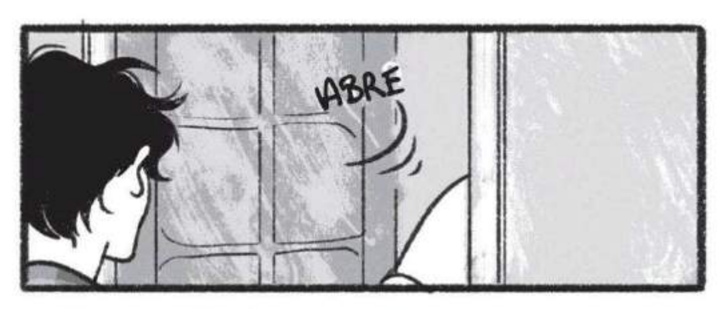

¿Quieres venir a mi casa el sábado?
¡Claro! ¡Es tu cumpleaños!
Mi padre estará allí y... me gustaría que te conociera.
¡¡Ah!! ¡Sí!
¡Nick y Charlie! ¡Callaos, por favor!

Sábado








ABRE


Hola...

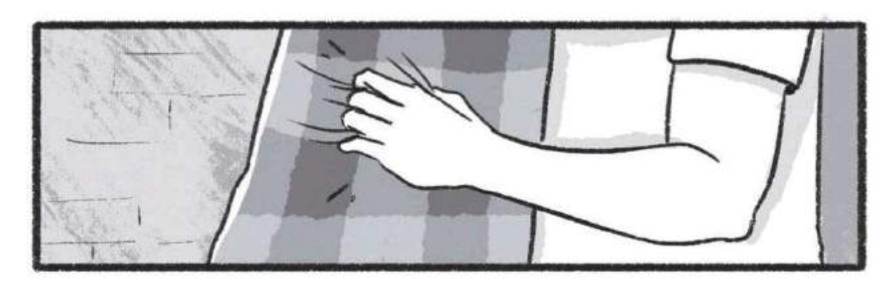

Eh... ¿Qué pasa? ¿Va todo bien?
FELIZ


Mi padre no ha podido venir. Ha tenido un problema.
17
O sea... No me dijo seguro que vendría pero... sí...
...


CIAE
CUMPLEAÑOS


No pasa nada, me da igual...






Bueno, de todas formas vamos a pasar una tarde de cumple genial.


17


VALE POR DIEZ
CLASES PRÁCTICAS
EN UNA AUTOESCUELA
Con amor, Mamá x x x


Nick
Espera... Esto no será...
Charlie, qué FUERTE...
¿¿Son todas las sudaderas que te he prestado??
JA JA JA

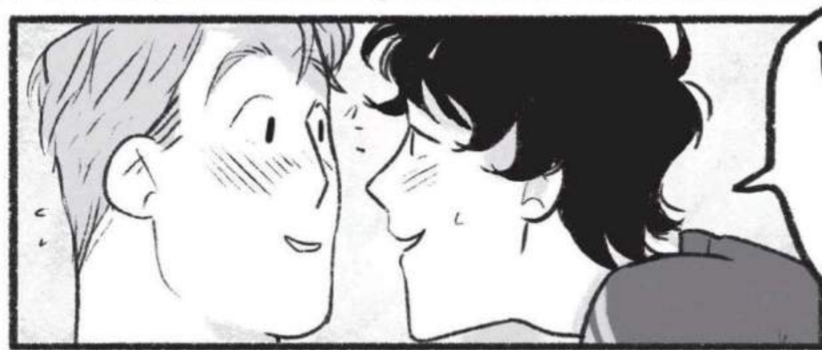
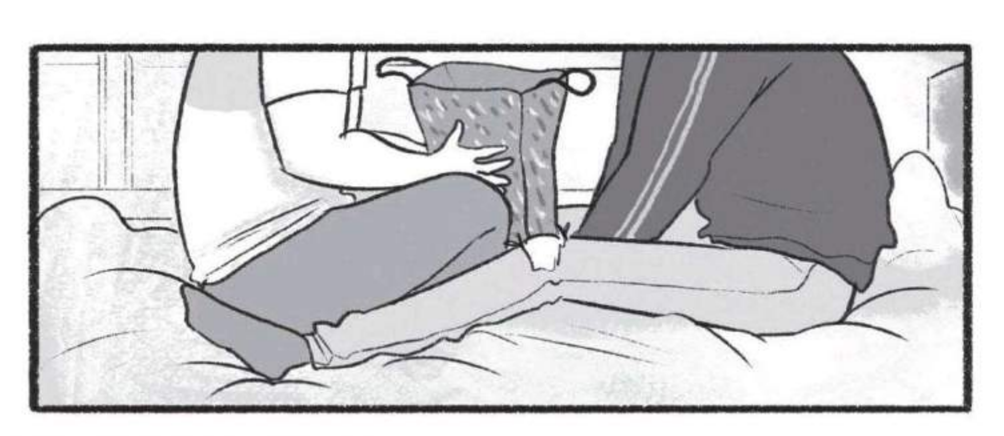

¿Seguro que me las quieres devolver?
Bueno... ¡Ya no huelen a ti!
¿Te gusta cómo huelo?
Dicho así... ¡da mal rollo!
¡¡¡NICK!!!
LUCHA
JA
JA
JA
JA
A mí me encanta tu olor.
Sí que da mal rollo.
Me da igual.


ESPERA... ¡Tienes que quedarte una!
ZAS

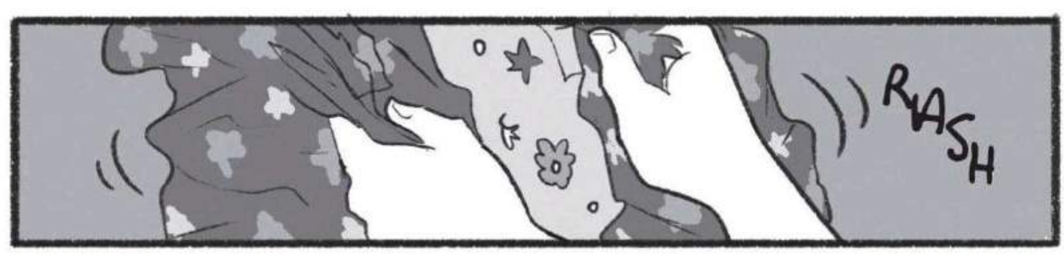

¡Mira, esta me la puse ayer!




¿Te gusta que lleve tu ropa?
Pues... Sí.

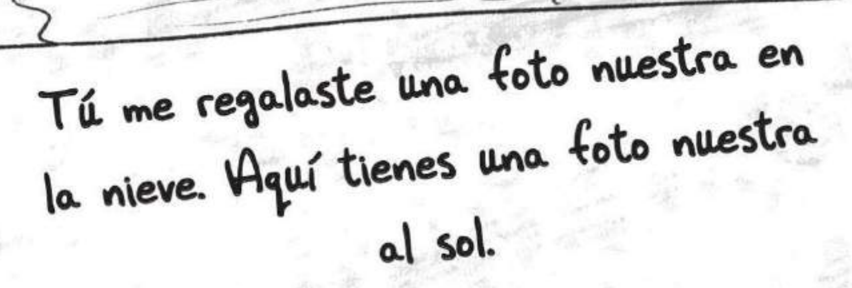


Hay un regalo de verdad al fondo de la bolsa.



Envuelvo de pena, ya lo sé.





Tú me regalaste una foto nuestra en la nieve. Aquí tienes una foto nuestra al sol.
Con amor, Charlie xxx



Je...
Ya sé que es medio cursi pero... el resto del álbum está vacío así que...

Oh...

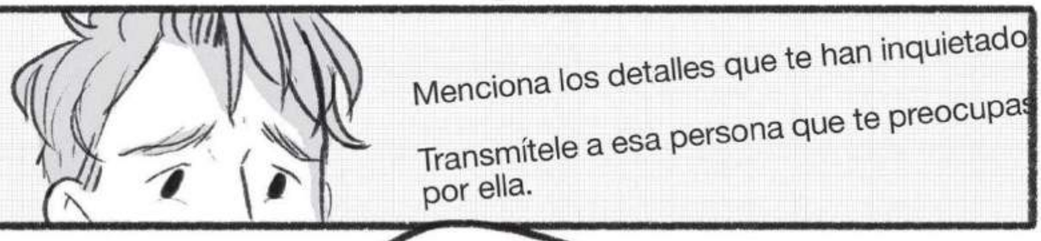

FUMP
Entonces, ¿te ha gustado?
¡...!
Te quiero.


¿E-eh?
Char... Has dicho que te despertara.


Qué… ¿Ya son las ocho?
Buf… No quiero irme a casa.
…
Cómo iniciar la conversación
1. Escoge un lugar en el que os sintáis segur
Charlie… Espera un momento…


Mm...
¿Sí?


Sabes que te quiero.
¡Sí! Y yo a ti.
Pues... Yo...


Menciona los detalles que te han inquietado
Transmítele a esa persona que te preocupas por ella.


Me alegro mucho de que habláramos de... ya sabes... esa historia de la salud mental, pero... todavía estoy preocupado por ti.


Evita que la conversación gire en torno a la comida o al peso.
...
¡No solo por eso de la comida!
Es que... últimamente te noto muy estresado y cansado.
Algunos días... simplemente pareces muy triste.


Y a veces yo lo empeoro...
Te digo algo que te agobia o no sé qué hacer...
¡Yo no puedo arreglar esto!
Me gustaría que hablaras con tus padres o... con un médico o algo así.






Es que...
no puedo...
Uhh...




Ya sé que es duro, pero...
Estoy muy preocupado por ti y yo... yo no puedo hacer que mejores.
Uhh...
Es que no creo que pueda ponerme bien.
¡Claro que sí!
Te prometo que vas a mejorar, solo tienes que pedir ayuda.


ASIENTE
ASIENTE


Si reconoce que necesita ayuda, anímalo a buscarla lo antes posible.


¿Y si mis padres piensan que me lo invento? ¿O… o se enfadan?


¿Qué te parece si te acompaño? Y..., no sé..., ¿te sostengo la mano? No se van a enfadar si yo estoy delante.

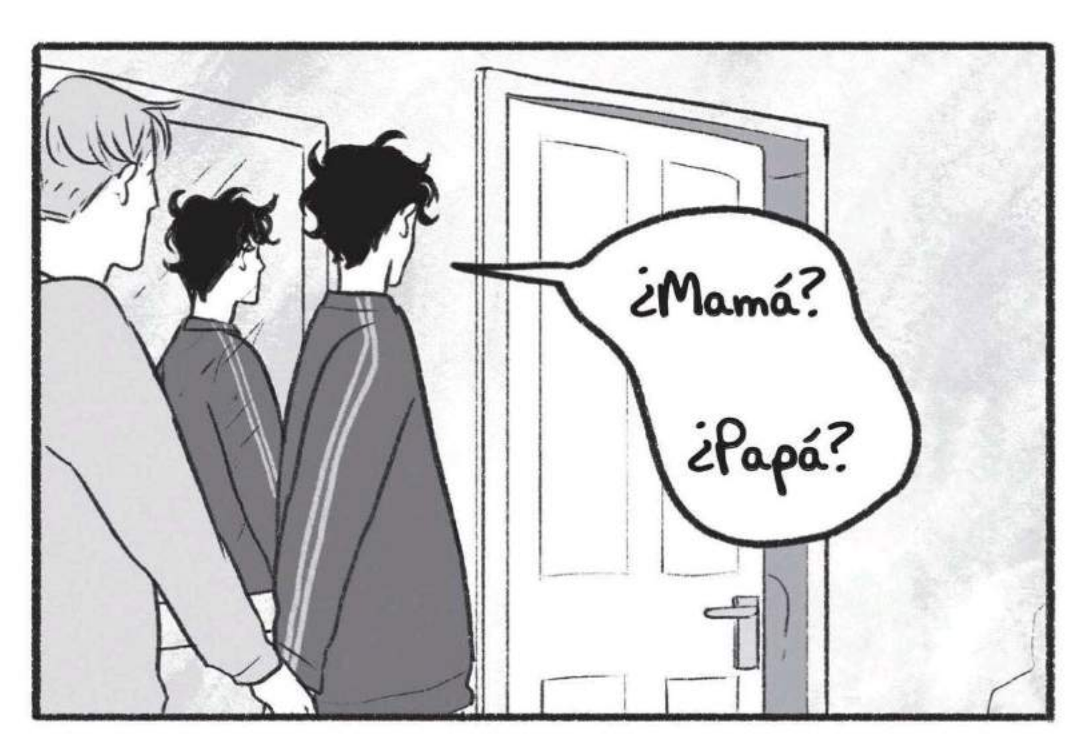



ASIENTE
ASIENTE


Y también... He leído en internet que a veces es más fácil si lo escribes...


Ya sé que parece un poco tonto, pero...
¿Crees que eso te ayudaría a hablar con ellos?
¿Tienes un boli y un papel?



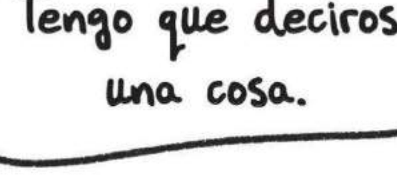


¿Charlie?

Ah, Nick... Es un poco tarde para que estés aquí, ¿no?

No se va a quedar mucho rato.


Yo...


Tengo que deciros una cosa.


¿Qué pasa?


Hum...
Pues...


Lo he escrito.
Porque me cuesta un poco hablar de esto...
Charlie, ¿de qué va esto?



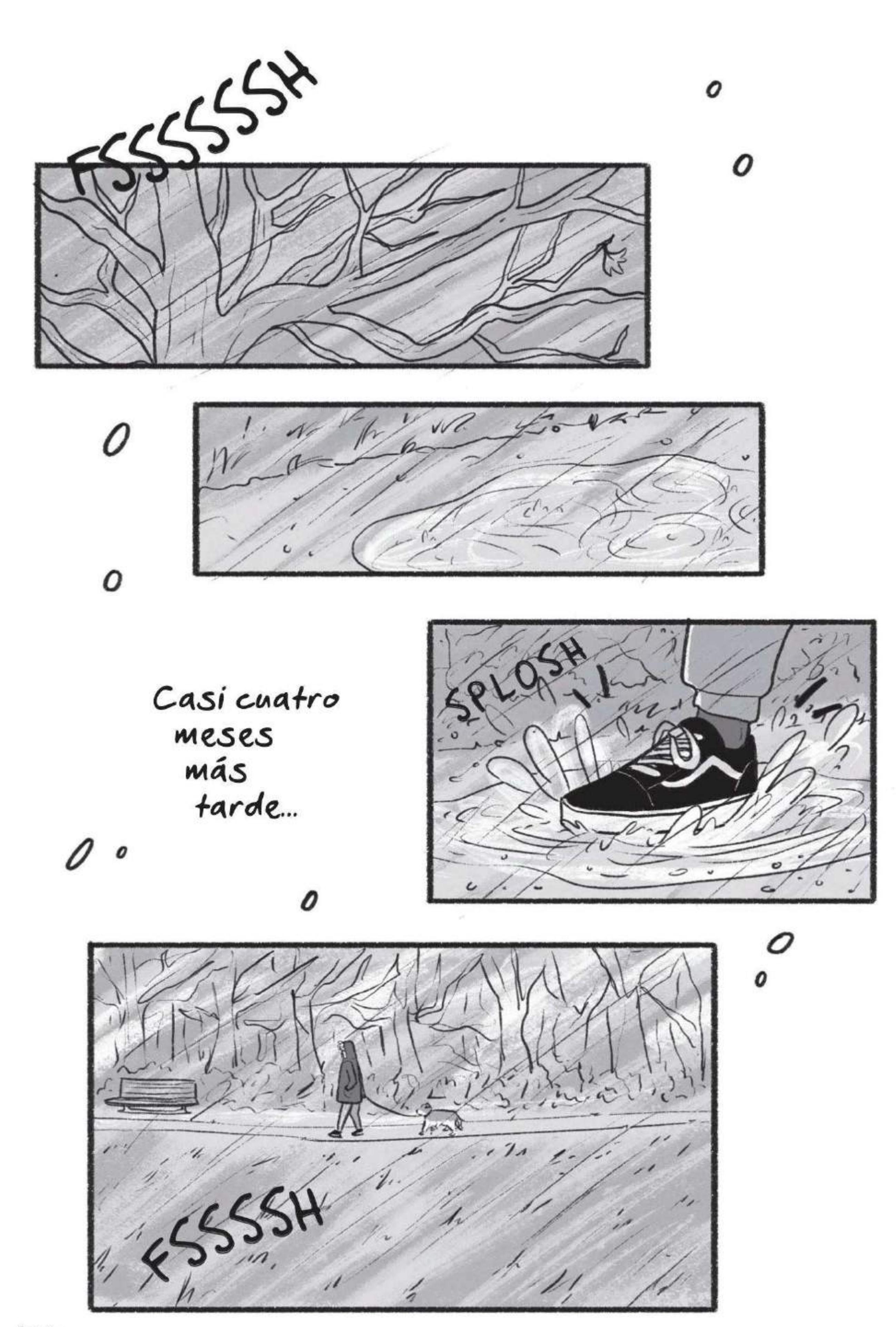


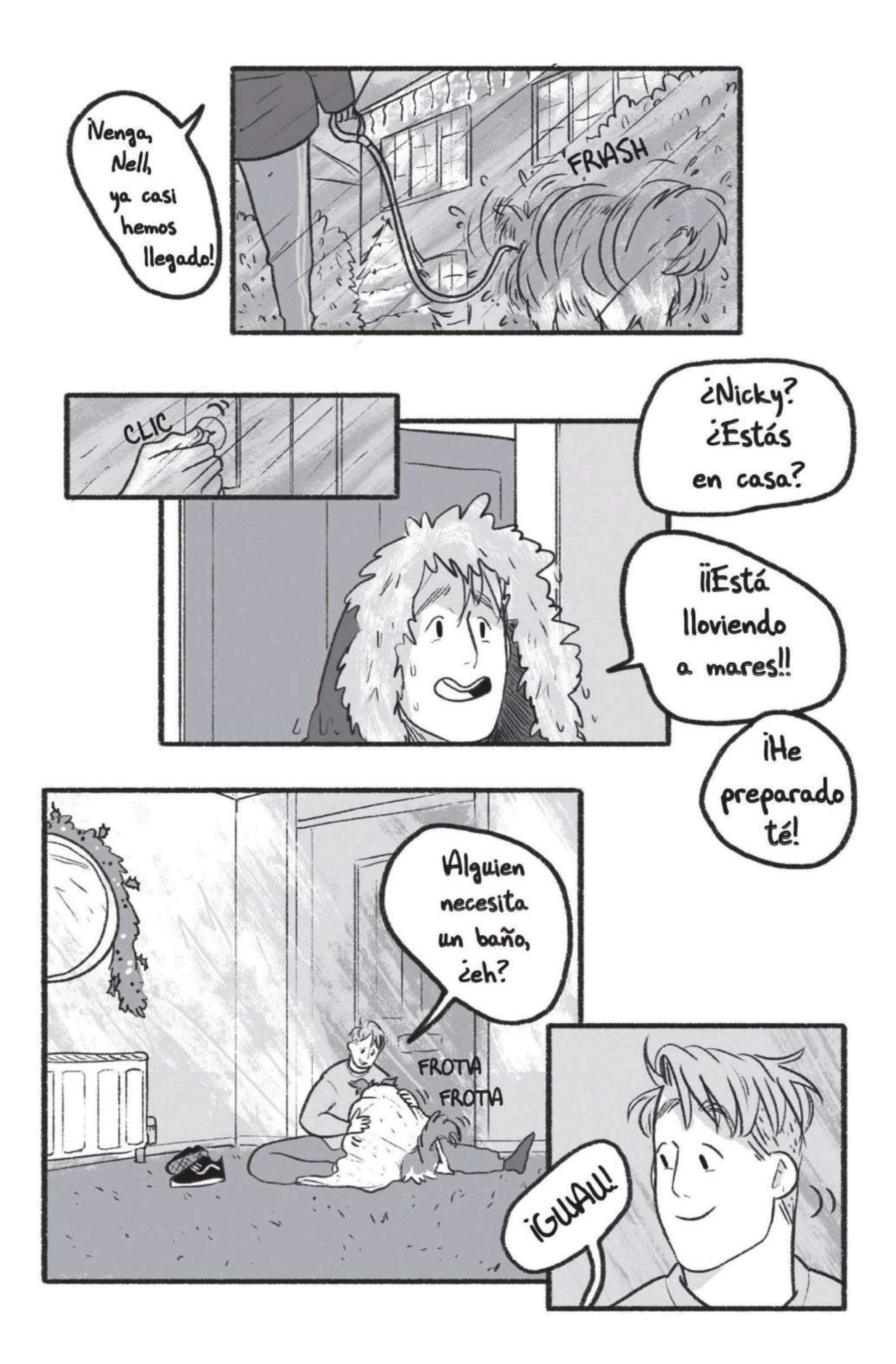


Últimamente me preocupa mucho
mi salud mental. Comer me
cuesta un montón. Tengo la
sensación de que una voz en mi
cabeza, que no es la mía, me dice
que me pasarán cosas malas si como
o si hago las cosas mal, y esa voz
se está volviendo más potente cada
día. Y eso me estresa mucho, me agota
o me pone de mal humor. Y llevo
así mucho tiempo, pero no
quería reconocerlo. Me gustaría
solucionarlo, así que he pensado que
podríais llevarme al médico.
Quiero ponerme bien.

6. VIAJE




FSSSSSSH
Casi cuatro meses más tarde...
SPLOSH
FSSSSH


¡Venga, Nell, ya casi hemos llegado!
FRIASH
CLIC
¿Nicky? ¿Estás en casa?
¡¡Está lloviendo a mares!!
¡He preparado té!
¡Alguien necesita un baño, ¿eh?
FROTA FROTA
¡GUAU!



¿Cuándo llega Charlie?

Dentro de un par de horas. Nos marcharemos a la fiesta a las ocho.

FELIZ AÑO NUEVO

Bueno, no te vayas hasta que hayan llegado los abuelos, ¿vale? ¡Y ordena tu cuarto!


¡Año nuevo, cuarto ordenado!
No conozco ese refrán.
¿?
Pues deberías.


¡Que te diviertas!
¡Tú también!


ORDENA
ORDENA


ORDENA
ORDENA


¿Qué has encontrado, Henry?
Diario
Ah.
Llevo mucho tiempo sin escribir nada...
Diario









Bueno... Hacía un tiempo que no escribía.
Estos últimos meses han sido
superestresantes, pero... me parece que
las cosas empiezan a arreglarse.

Aunque... ¿habéis oído eso de que a veces las cosas han de empeorar para mejorar?



Pero esta visita lo aterraba.



Por razones obvias.

El médico entendió la situación y derivó a Charlie a un servicio de trastornos de la conducta alimentaria, pero la lista de espera era larguísima.

echa de la visita: martes, 4 de en

Tendría que esperar hasta ENERO para la primera visita.


y las cosas
empezaron a complicarse
después de eso...
Mucho.

Su trastorno alimentario empeoró. Yo lo notaba, pero él no quería hablar del tema.



Hacía pellas todo el tiempo y su madre siempre estaba enfadada con él.



Su relación con la comida se volvió... obsesiva. No tenía ni pies ni cabeza. Aunque supongo que siempre fue así. Pero empezó a mentir todo el tiempo.




Y ¿os acordáis de que me dijo que se autolesionaba?
Bueno, pues volvió a hacerlo.
Más que nada porque estaba estresado con todo lo demás, creo.
Perdón.
No es culpa tuya.
Yo no sabía qué hacer, excepto estar a su lado.

Pero Charlie estaba cada vez peor.
Una noche, en octubre, sus padres tuvieron que llevarlo a urgencias.



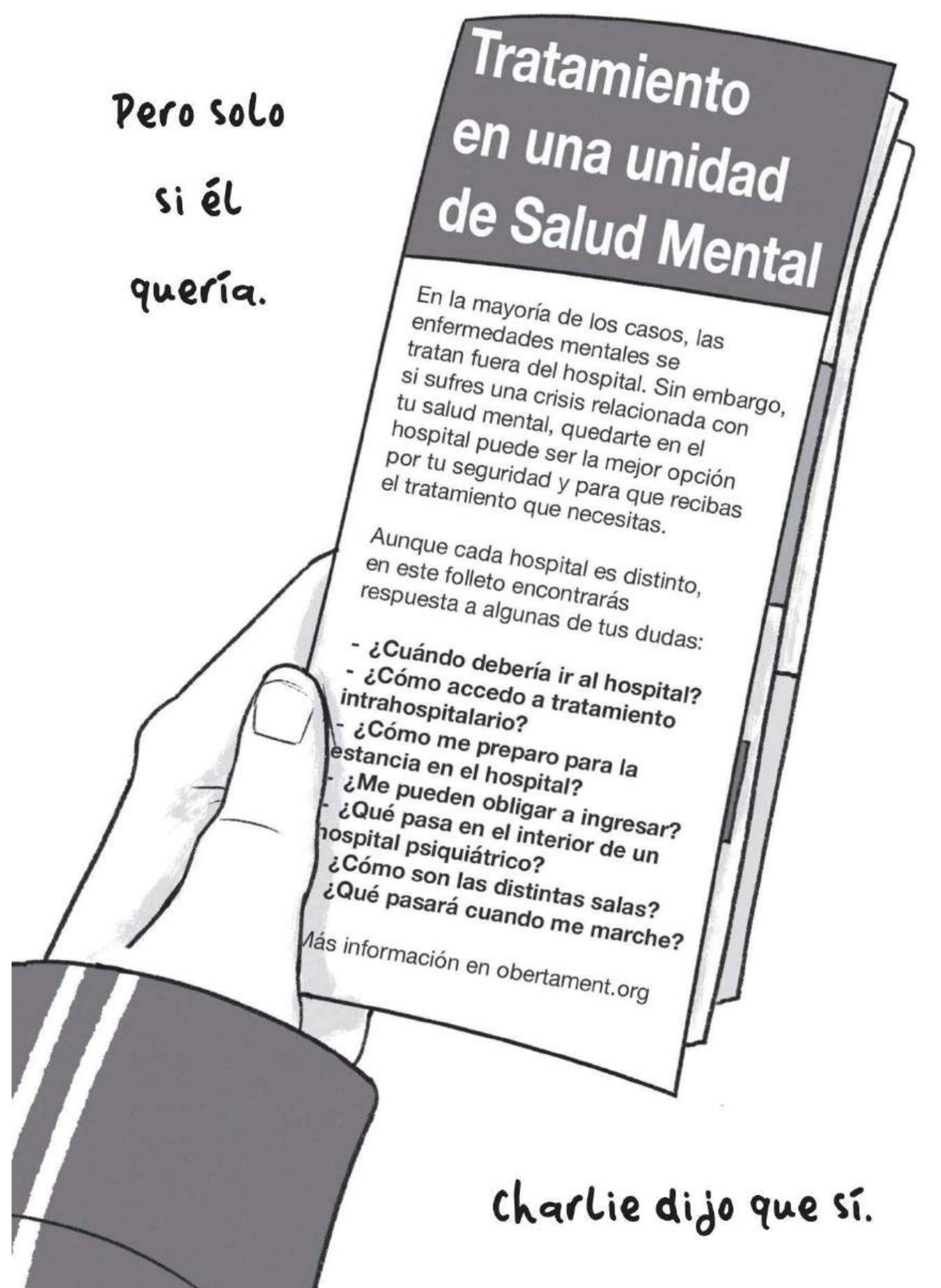
Sabía que las compulsiones no tenían sentido.

Pero no sabía cómo detenerlas.

Ni yo tampoco.

Mientras Charlie estaba allí, le hicieron una serie de pruebas y le dijeron que sería mejor que se quedara un tiempo ingresado.

Pero solo si él quería.



Charlie dijo que sí.


Todo fue muy rápido.
Yo estaba asustado.
Él estaba asustado.
Ssh...
Pfft... Te estás volviendo más sentimental que yo, en serio.
A ver, yo solo había visto hospitales psiquiátricos en las películas, y la única plaza disponible en una unidad de salud mental estaba a más de dos horas de distancia en coche.


Sabíamos que era lo mejor.
CL17 SYJ
Al menos tenía que intentarlo para ver si le ayudaba.


Era muy raro
estar en el cole sin Charlie.
Estaba muy preocupado por él, todo el tiempo.

Hablábamos por teléfono cuando podíamos
y lo visitaba a menudo, obvio, pero...



¿Añoraba su casa?

¿Se sentía solo?

¿El tratamiento lo estaba ayudando?

¿Se aburría?

¿O estaba empeorando las cosas?

¿Había hecho amigos?

¿Cómo es estar ingresado en una unidad psiquiátrica?

Tu experiencia dependerá del hospital en el que ingreses, del tipo de tratamiento que recibas y de tus sentimientos respecto a estar ingresado.

Sin embargo, algunos aspectos generales del tratamiento intrahospitalario incluyen:
- acceso a psicoterapia y medicación
- profesionales de apoyo in situ
- una rutina/estructura diaria

También hay algunas posibles desventajas:
- estarás lejos de tu familia y amigos, y puede que solo se permitan visitas en horarios concretos
- no siempre puedes decidir a qué dedicar el tiempo
- el personal podría registrarte si

Me da mucha rabia quejarme por cómo me siento mientras Charlie está pasando por todo eso, pero es que llevo unos meses muy angustiado.



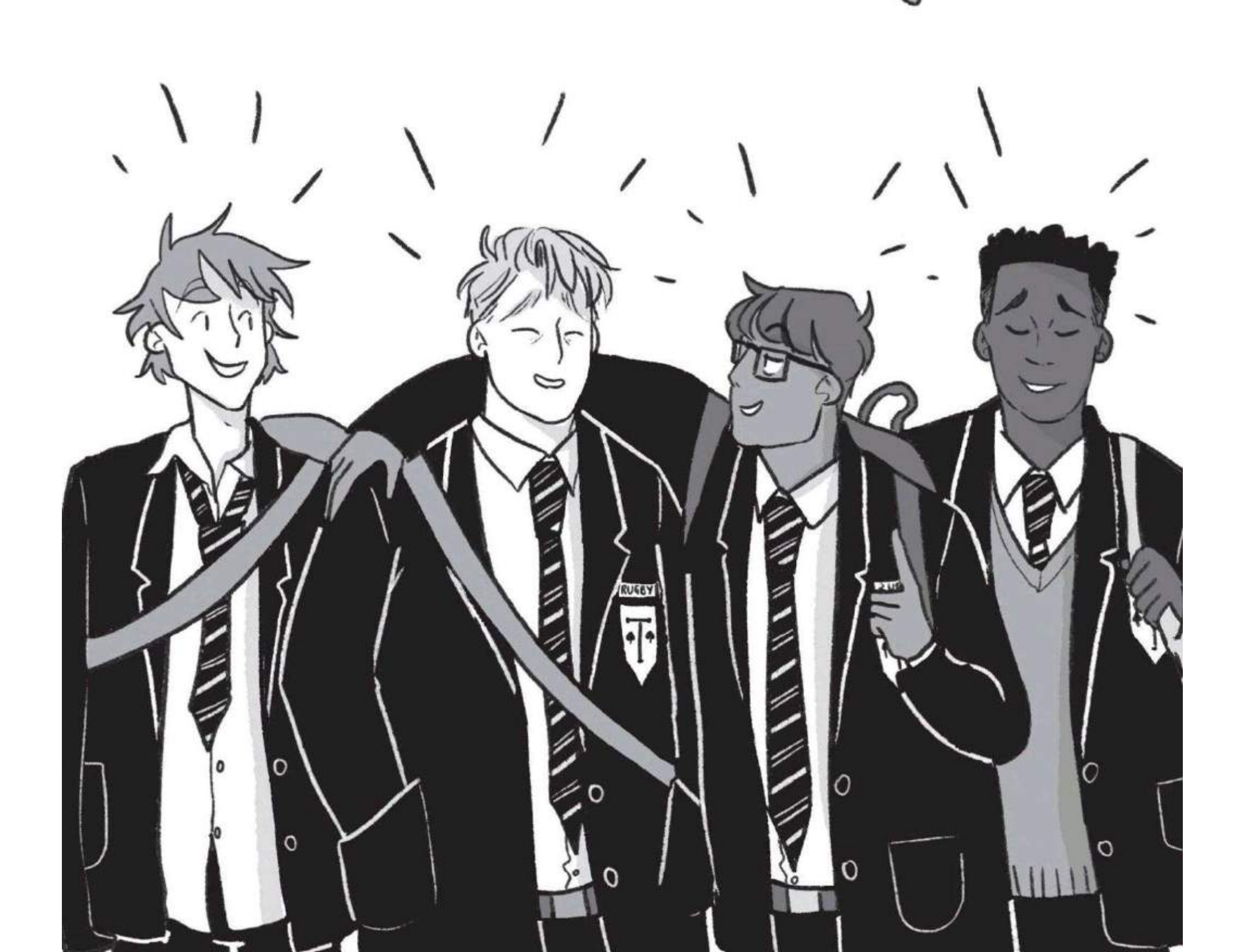
También he visto más a mis colegas
del rugby.



Charlie me pidió que no les contara lo que le había pasado.

Le daba un poco de miedo que corriera la voz por el cole.

De todas formas, sabían que Charlie no iba a clase porque no estaba bien y me han apoyado a su manera.



Charlie dijo que podía mantener informada a la banda de París.


Elle Argent
Darcy tienes la tarjeta para Charlie?


Darcy Olsson
SÍ, una gigante, más larga que mi brazo


Tara Jones
Omg


Tao Xu
Nick Charlie puede usar reproductor de DVD???
Podríamos enviarle unas cuantas pelis divertidas


Nick Nelson
Sí!! Buena idea, me dijo que no tienen Netflix ni nada y que solo hay pelis como de 2005 jaja


Tara Jones
He comprado una cesta! Y adhesivos y cosas para decorarla


Aled Last
Yo le he hecho dibujos!


Sahar Zahid
Yo le he pillado unos libros!! Me dijo que le gusta leer, os parece bien?

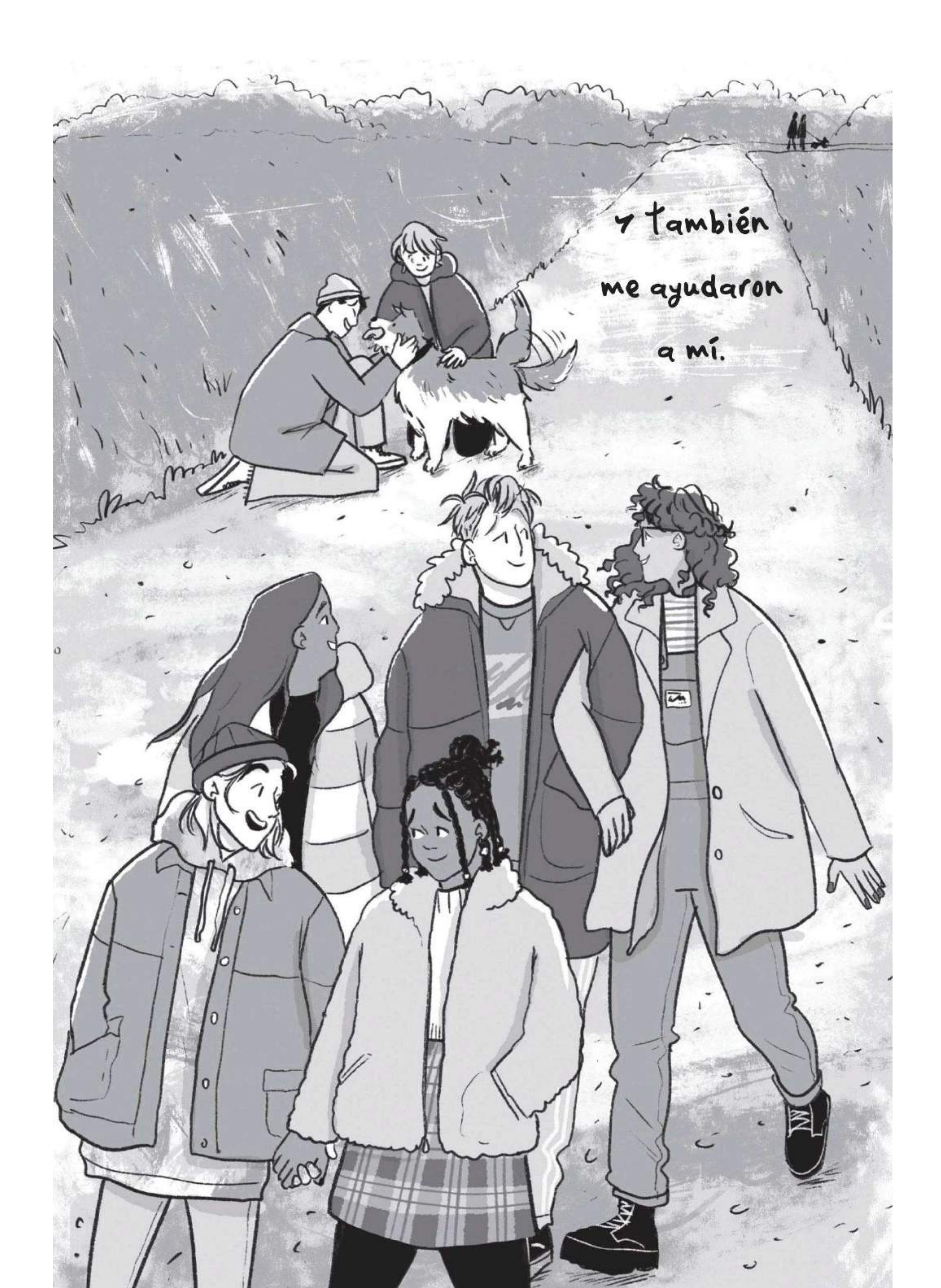

Nick Nelson
Queréis venir mañana a mi casa después de clase?? Así firmáis la tarjeta y podemos decorar la cesta y eso! También podemos dar un paseo con Nellie si os apetece!!


Darcy Olsson
YO QUIERO CONOCER A NELLIE


Elle Argent
Yo también quiero conocerla!!!


Tao Xu
A todos nos gustaría conocer a Nellie

No quería que lo visitaran todos. Me parece que se habría sentido abrumado. Pero de todas formas buscaron maneras de ayudarlo.


y también
me ayudaron
a mí.


Yo iba a visitar a Charlie con su familia un par de veces a la semana.
Me habría gustado ir cada día, pero él necesitaba estar tranquilo.
Como los trayectos eran tan largos, acabé conociendo muy bien a Tori y a Oliver.
Tori es más bien callada, pero creo que le caigo bien. Bueno, no sé.





Es como muy... trágica

Se supone que eres tú

LO SIENTO

Querida Tori:

Hoy hemos hecho arteterapia y se me ha ocurrido dibujarte una tarjeta. La iba a guardar para tu cumpleaños (de ahí el pastel, lol), pero, nah, mejor te la doy ahora. Perdona por hacerte pasar por todo esto últimamente. ¡Al menos, he mejorado mi técnica pictórica. ¿Qué crees tú?

Lol, no sé.

Te quiere,

Charlie

x xx

Unas cuantas semanas y un montón de visitas más tarde, por fin empezamos a notar que Charlie estaba mejorando un poco.

Ingresar en el hospital entrañaba un gran riesgo. Seguramente no ayuda a todo el mundo.









Volvió a casa
a principios
de
diciembre.

Justo a tiempo para
las fiestas de Navidad.



Aún no estaba recuperado del todo, así que se saltó también el resto del semestre.



El día de Navidad fue el más complicado. Cuando vino a mi casa, me contó que había tenido una bronca horrible con su madre.




Conoció al otro perrito que hemos adoptado, Henry, que lo animó un poco, pero...
¿?
No fue un día fácil.

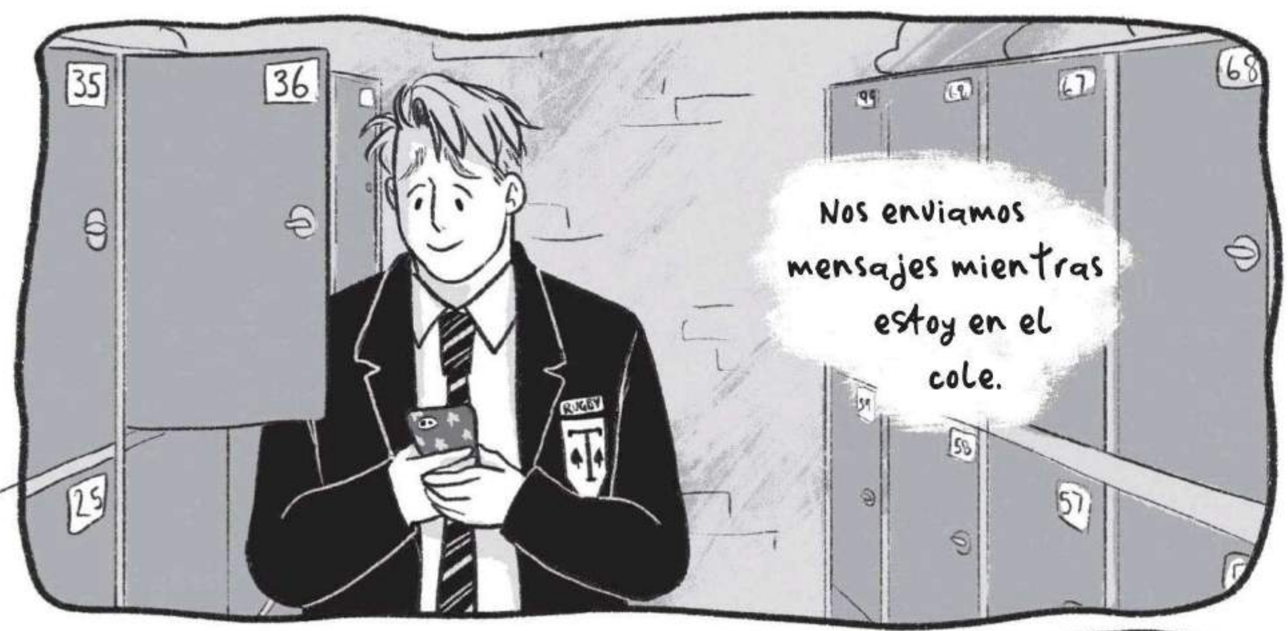
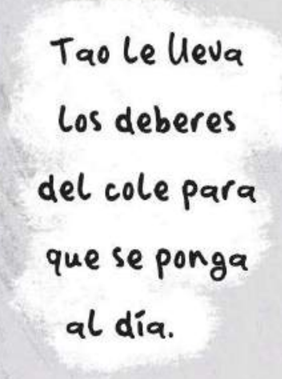
Pasar siete semanas en el hospital no te cura por arte de magia.

Ya sé que no soy un experto ni nada, pero estos últimos meses he aprendido que las enfermedades mentales tardan mucho tiempo en desaparecer del todo... si llegan a hacerlo alguna vez.



Pero Charlie está mucho mejor.




Nos enviamos mensajes mientras estoy en el cole.

Tao le lleva los deberes del cole para que se ponga al día.


Ayer estábamos tranquilamente en su habitación...

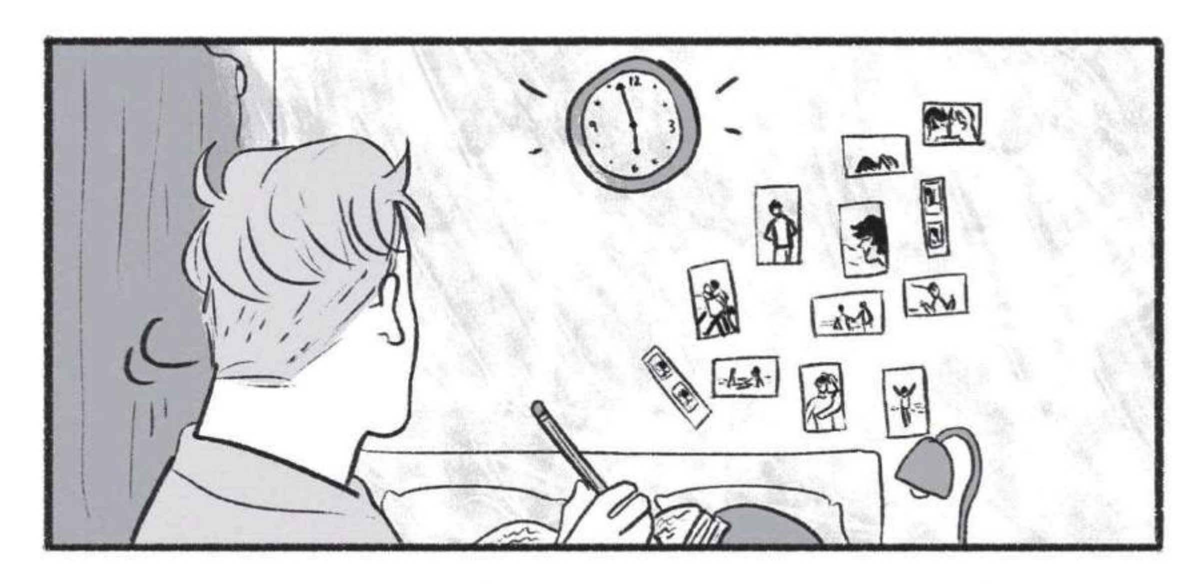

NOËL
y dijo algo muy gracioso...
Nos entró un ataque de risa
y no podíamos parar.


Lo quiero
muchísimo.

Lo quiero muchísimo.

Bueno, pues estas son las novedades







En fin, ahora tengo que irme. Charlie no tardará en llegar. ¡Esta noche vamos a una fiesta de fin de año!







Un compañero de clase da una fiesta en su casa con fuegos artificiales y todo.





Será la primera vez que Charlie vuelva a reunirse con un montón de gente del cole. Podemos marcharnos si es un horror, pero me hace ilusión.









Tengo muchas ganas de ir de fiesta con mi novio.



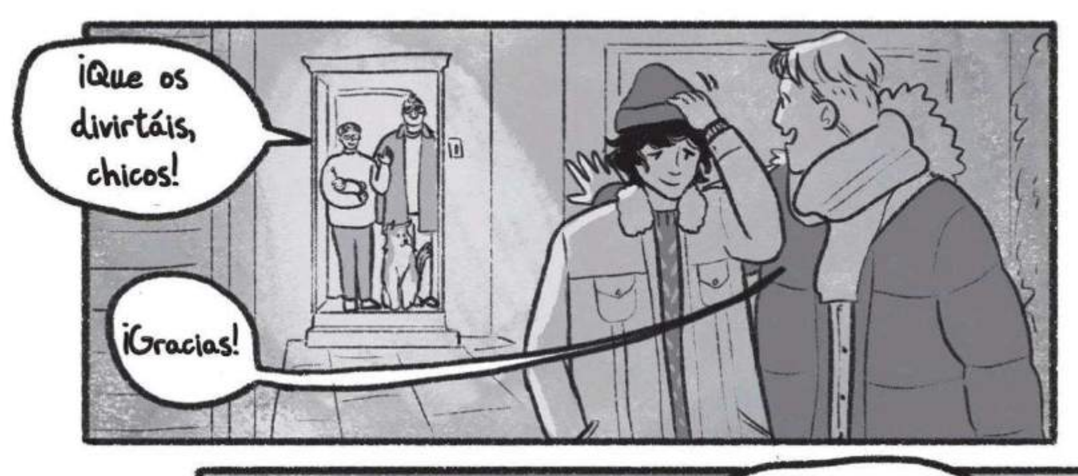



Hola.
Hola.


¡¿Cómo está mi chiquitín?!
Guau
¡Te echaba de menos!




¡Los cuidadores están aquí!
¡Hola, Nicky!
¡Hola, abuelo, hola, abuela!


¡Que os divirtáis, chicos!
¡Gracias!


¡Ojalá pudiera coger el coche!
Cuando apruebes el examen.
L


Si te agobias, nos vamos, ya lo sabes.
Sí, vale.
17
ja ja
bla bla
bla bla
ja ja


FELIZ AÑO NUEVO


¡¡Ahí están!!
¡Has venido! ¡¡Qué bien!!
¡Sí!
¡No sabíamos si vendríais!
¡Sí! Pero tenemos que irnos como a las doce y media.
¡¡Nick y Charlie!! ¡Venid a bailar!
¡Hola!
¡Charlie! ¡Cuánto tiempo sin verte!


¡Eh, Charlie! ¿Por qué has faltado a clase?
Vamos fuera un rato, ¡adiós!




Tengo que dormir un poco.


¡Todavía falta una hora para la medianoche!
Exacto. Necesito recargarme las pilas.


¿Seguro que no te importa... je... que nos vean?


Char, todos saben que estamos juntos.
Sí, pero hace solo unos meses que estás fuera...
Hace cinco meses. No te preocupes por mí.


ESPERA...


¡Nada de besos hasta medianoche!
¡¿Qué?! ¿Desde cuándo? ¿Qué reglas?
Son las reglas.
Eres muy malo.
¡Cinco!
¡Cuatro!
¡Tres!


¡Dos!
FIUUUU
¡Uno!
BOOM
¡¡¡FELIZ AÑO NUEVO!!!
BOOM


WHOOSH
BOOM


FIUUUU


WHOOSH
Feliz año nuevo.
Feliz año nuevo.

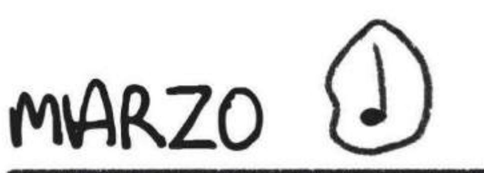

BOOM
FIUUU



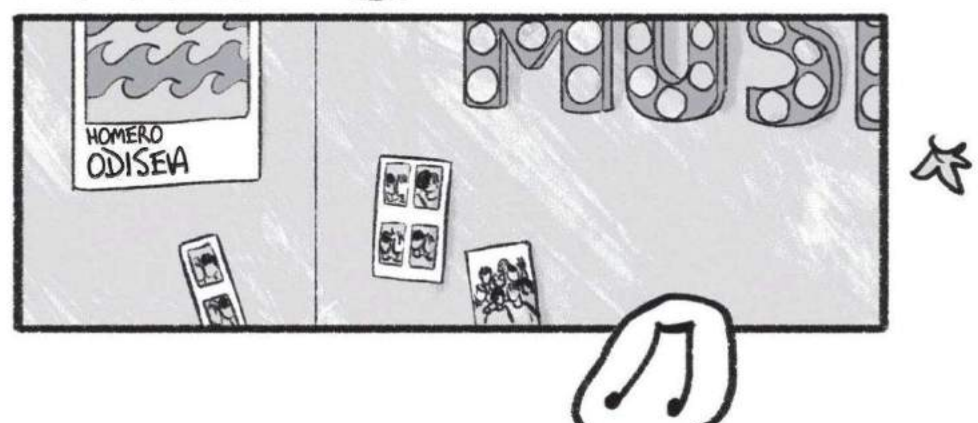
Te quiero.
Te quiero.



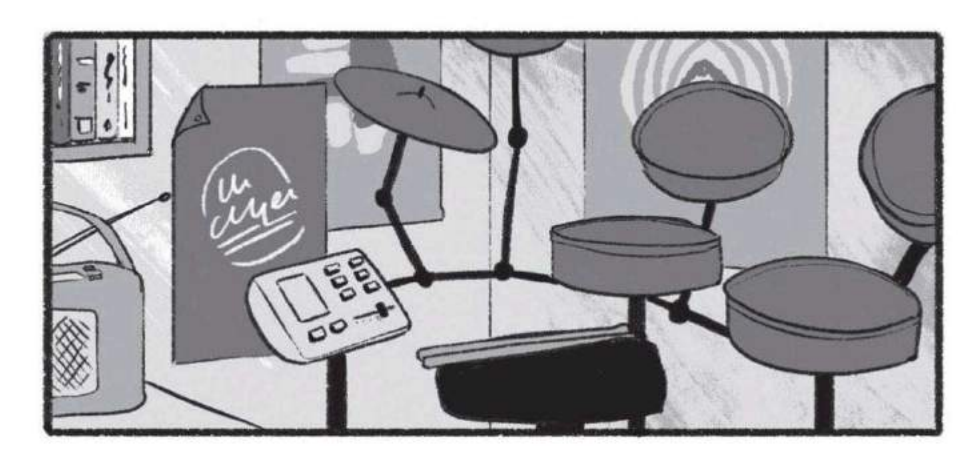

BOOM
BOOM
WHOOSH


MARZO




HOMERO
ODISEA



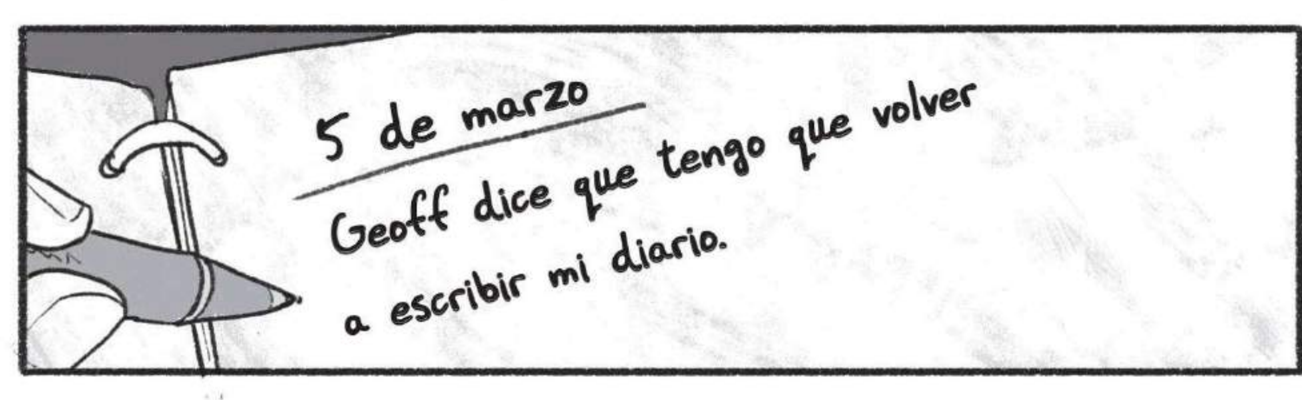



HOMERO
ODISEA


DALE
CHARLIE
Espera, me lo voy a pensar
Diario
TOP SECRET
PLAN GAY
LARGO ESTOY
LEYENDO
NOT TODAY SATAN






5 de marzo
Geoff dice que tengo que volver a escribir mi diario.

Bueno, no ha dicho que TENGA que hacerlo. Solo que podría ayudarme.

Seguramente tiene razón.

HOMERO ODISEA

Casi siempre tiene razón. Qué asco da.



Pero llevo desde el verano pasado sin escribir nada y han pasado muchas cosas en ese tiempo.

Ya llevo cuatro meses haciendo terapia.
Es alucinante.





Y las cosas no empezaron bien, que digamos, con el problema de la lista de espera. Después de eso, yo caí en picado.
piensas que estás
blemas de salud mental busca
profesional lo antes posible
puedes
Próxima cita: Martes 4 de enero
e levan
ama y dejar
lgazanear
orque
as saltado las clases otra vez
¿Te encuentras bien? Te puedo ll
los deberes de mates porque so
a y si no los haces
harlie lee el chat de grupo
dónde se ha metido?
Todavía te saltas l
comidas, ni siq
te esfuer
squeroso
téstame por favor
oy preocupado por ti!!!
Y no te mere
Listas de espera en salud menta
niños y adolescentes: «peligrosas
encuesta sobre las
listas de espera en salud menta
que
es que contro
o aunque sea
al y
Las cosas empeoraron muy deprisa.

Pasar unas semanas en una unidad de psiquiatría no entraba en mis planes, obvio.



Y hubo de todo, momentos buenos y malos.

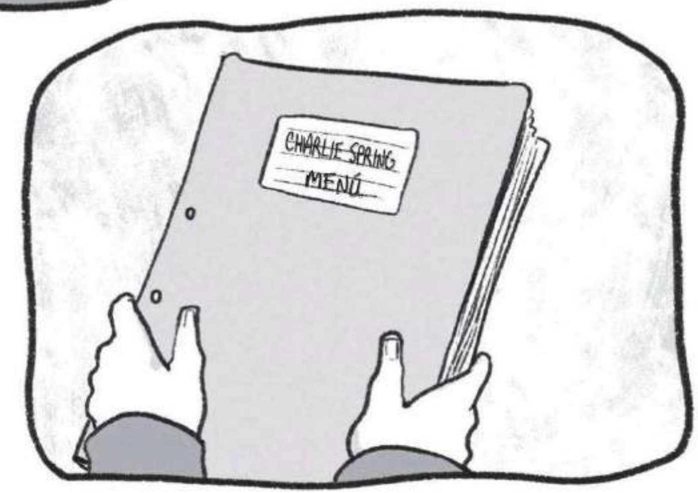
APRIETA

Pero creo que tuve suerte, porque la gente del hospital supo ayudarme.



Allí empecé a hacer terapia. No con Geoff, pero la psicóloga era muy maja.

También tenía una nutricionista. No todos los servicios psiquiátricos la tienen.





No nos dejaban usar el móvil, pero podía llamar a casa desde el teléfono de la unidad.

Algunas reglas eran un rollo y tuve días horribles, pero en general no estuvo mal. Incluso hice un par de amigos.



Tengo la sensación de que al principio, en el fondo, no quería curarme. Solo quería seguir fingiendo que estaba bien para no tener que hacer el esfuerzo de cambiar.



Tenía mucho miedo de perder la cabeza.

La comida era lo único que podía controlar.

Pero no estaba bien. Sufría -sufro- una enfermedad mental. Anorexia.

Más información en acab.org/es/

¿Qué es la anorexia?

La anorexia nerviosa es un trastorno de la c
una pérdida de peso significativa debida a
acompañada de un ejercicio físico intenso
puede experimentar episodios repetidos de
tener una percepción alterada de la silueta
miedo a aumentar de peso.

Los estudios han demostrado que person
«normal» pueden cumplir los criterios d
No se puede saber si una persona sufre

Muchas personas enfermas de anorexia
gran preocupación por la dieta y un de

También me diagnosticaron TOC. Geoff dice que los dos trastornos están relacionados.

Más información en asociaciontocgranada.com

¿Qué es el TOC?

El trastorno obsesivo-compulsivo es un trast
por pensamientos intrusivos, recurrentes y p
Producen conductas repetitivas o «rituales»
que se denominan «compulsiones».

El TOC se puede manifestar de muchas
afectado de TOC, es probable que tus o
interfieran en tu vida de manera signifi

Es habitual que una persona afectada
otros problemas de salud mental tam
difícil de diagnosticar o de tratar po



Todo empezaba a encajar por fin.
Sobre todo el asunto del TOC.
Creo que ni siquiera Nick
se había dado cuenta de que
lo tenía.

Es como que te inventas un montón de reglas sobre la comida.

Tienes que comer en un orden, de maneras determinadas y a ciertas horas.

Y si rompo las reglas, creo que voy a morir.

Mi cerebro es rarísimo,

en serio.

Estar en el hospital no puso fin
a la enfermedad mental.
Para nada.





Ahora hago terapia con Geoff, mi psicólogo.







Geoff y yo hemos hablado de cómo ha sido mi vida estos dos últimos años.





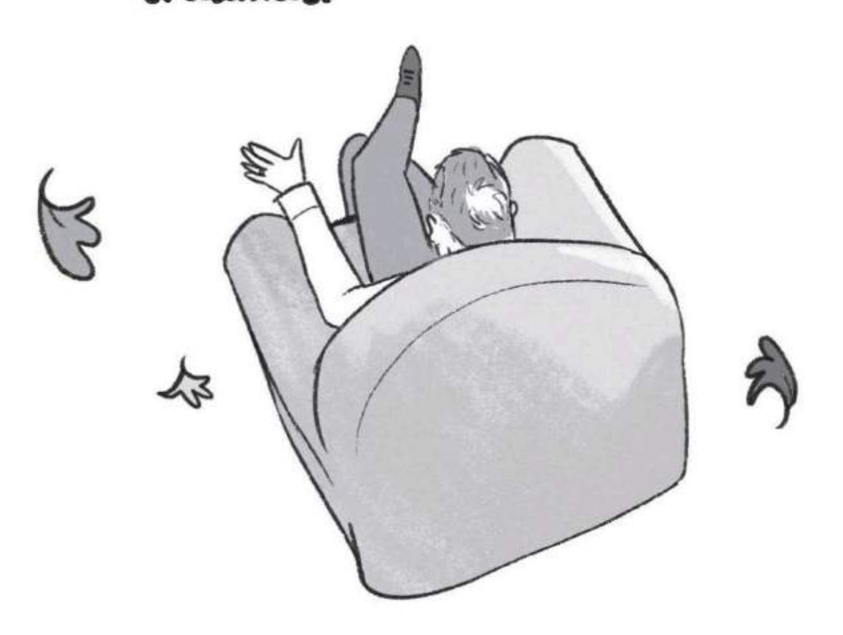




Pero no lo había verbalizado.
No me había dado cuenta de que me hubiera afectado tanto.



Geoff dice que son
traumas.



Es una palabra muy fuerte, creo yo,
aunque Geoff dice que te pueden
traumatizar toda clase de cosas.

Según Geoff, estoy progresando, pero empiezo a entender que esto podría no tener fin.



Pero Geoff dice que los días malos serán menos frecuentes. Y puedo disfrutar de la vida y no estresarme casi nada por la comida.



Otras, en cambio, tengo muchas esperanzas. No hay que tirar la toalla, ¿verdad?

Así que volví al cole después de las vacaciones de Navidad.



Un par de profes saben lo que me pasó.



El señor Farouk y la señorita Singh me han apoyado mucho.



Menos mal, porque volver al rugby ha sido duro.



Me parece que Tori se siente culpable.



No debería, pero...



su salud mental tampoco es una maravilla últimamente.

Ahora tiene un nuevo amigo. Se llama Michael.


No creo que estén saliendo, aunque Tori no me lo cuenta todo.
No se parecen en nada, pero se llevan superbién de una manera difícil de explicar.
Encajan a la perfección.
Quizá como Nick y yo.

Bueno, supongo que muchas cosas están cambiando.
Y puede que nunca vuelva a ser una persona «normal»,
si es que alguien lo es.



La verdad es que...



Sentí la necesidad.

No fue culpa de nadie. Es normal sufrir recaídas. Tori le contó a Nick lo que había pasado y él volvió esa misma noche.



Hicimos las paces.

Mamá y papá le dejaron quedarse a dormir para que <<me echara un ojo>>.

No hacía falta, pero no iba a quejarme.







¿Puedes venir a mi cama?
Hum... ¿A tus padres les parecerá bien?
Por favor...

SE LEVANTA

Pfft, qué pequeña.

Ya, no es doble como la tuya.




Ja, ja.



Hoy ha sido una mierda.
Sí.

Quiero a Nick.





Lo quiero tanto...



Pero si algo he aprendido en este tiempo, es que necesitamos también a otras personas.



Eso no significa que nuestra relación
no sea sólida.



Si acaso...



Me parece

que ahora

es más sólida.





En media hora nos vamos a casa de Nick y todavía estás en pijama.
Perdón... Estaba haciendo unos deberes muy importantes de la terapia.
PLAS
RETORNO A BRIDESHEAD
Evelyn Waugh
Sí, sí, usa tu enfermedad mental como excusa.
Eh...
¡Es broma!
Pero... ¿te parece bien esta reunión familiar Spring-Nelson?





Aún no ha hablado con él, ¿verdad?

No, pero creo que lo hará esta noche.

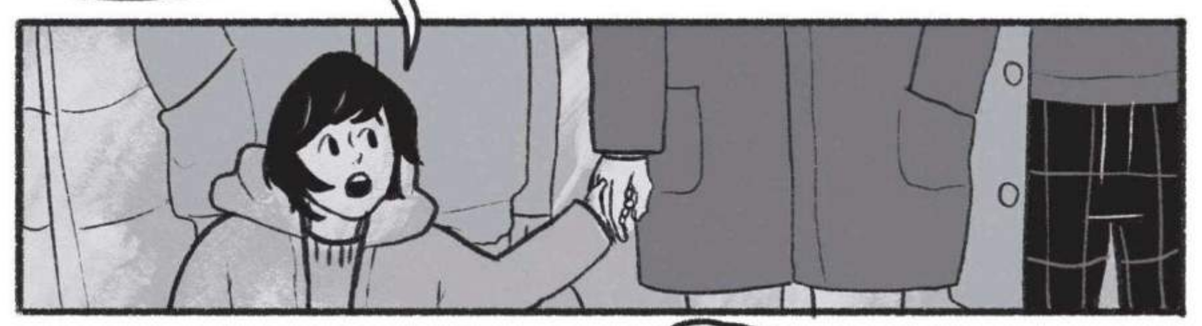



¿Qué?
Solo quería abrazarte.
Tengo que ducharme.
Vale.
Podrías haber invitado a Michael, ¿sabes?
No es mi novio.
Yo no he dicho eso.
Ñe.


¿Todo bien, cariño?
Ya sabes que no lo veo mucho, pero... es tu padre.
No sé por qué se empeña en montar estas celebraciones cuando viene a casa, pero irá bien.
Creo que se lo voy a decir.


Sabes que no hace falta, ¿verdad? No te sientas obligado.
Sí. Ya lo sé.
No lo hago por él. Lo hago por mí.


¿Veré a los perros de Nick?
DING DONG




Sí.
¡YUUUUPI!


¡Nicholas! ¡Están aquí!

Hola.




¡Cuánto me alegro de conocer al mejor amigo de Nicholas! ¡Llámame Stéphane!
Je, soy Charlie, encantado. Y este es mi padre.
Hola, soy Julio.
¿Cómo estás, Jane?
Ah, muy bien, Sarah. ¿Y tú?
¿Cómo lo llevas? ¿No es demasiado?
Ya, bueno... Casi siempre salimos a cenar cuando viene mi padre, pero quería conocer a Charlie y...
Charlie no va a restaurantes.
Sí, exacto.
¡¡Hola, perritos!! ¡¡Soy vuestro amigo Oliver!!


Hola.
Hola.


¿Tenemos que fingir que somos solo amigos delante de tu padre?


Bueno... sí, solo hasta que le cuente lo nuestro...


Pero... ¿vas a estar cómodo cenando con todos?
Nick.

Todo irá bien.

Hoy me toca a mí pensar en ti.




Puedes hacerlo. Estaré a tu lado.
Colega.
TOQUE
Ah, no, no me llames <<colega>>.
Vale, tío. Tronco. Bro.
Charlie.


Más tarde...
Me crie en el sur de Francia, cerca de Narbona.
¡Ah, no muy lejos de España!
Mis padres son del sur de España. De Almería.
¡Pero tu apellido es muy inglés! ¿O... es alemán?
Bueno, mi padre dice que tenemos un árbol genealógico muy complicado...






inspira
espira



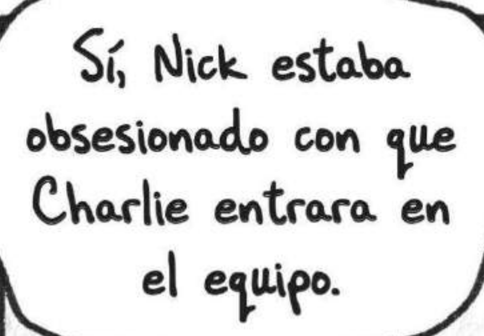



¿Todo bien?

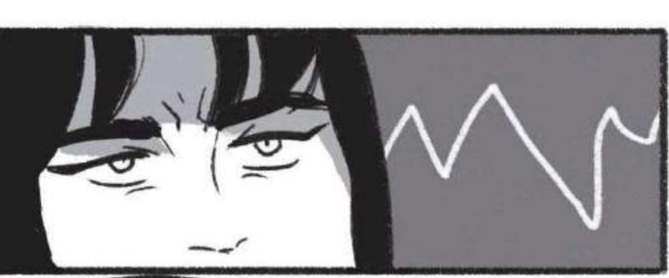

Es que... no sé cuándo decírselo.


¿Qué tal después de cenar? ¡Yo distraeré a los demás!
Sí...
Gracias.


Oye, papá.
¿Te ha contado Nick cómo conoció a Charlie?
Pues no...
...
Je... Nos sentaron juntos en el cole y luego Charlie se apuntó a rugby.
Ah... ¡Juegas al rugby, Charlie!
Bueno... No muy bien...



Sí, Nick estaba obsesionado con que Charlie entrara en el equipo.


¿Por qué sería?



Pues porque con el rugby se liga mucho.


Yo estuve jugando un tiempo en la universidad. ¡A las chicas les encantan los jugadores de rugby!
¿Alguno de vosotros dos tiene novia?


...


¡No, qué va!
¡Bueno, aún hay tiempo!
...
En realidad, Nick no necesita una novia,
porque...
ÑEC
Ni se te ocurra.


¿Por qué haces esto?
¿Qué? ¡Yo solo intento ayudar!
David...
Chicos...
Mirad, esto es tan absurdo...
Papá, Charlie es mi novio. ¡Sorpresa!

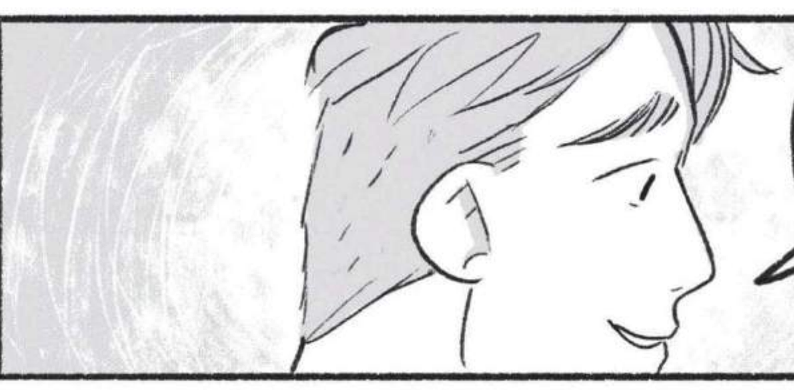

Soy bisexual, él es gay y me sorprende que no lo hayas deducido de lo mucho que te hablo de él por teléfono.
...
Llevo meses agobiado porque no sabía cómo decírtelo.
Pero ¿sabes qué?
¡Me da igual lo que pienses, la verdad!
¡Te importamos tan poco que solo vienes a vernos una vez al año!


Y tú...
...


Llevas toda la vida machacándome para que me odie, solo porque tú te odias. ¡Pues mira, no ha funcionado!


TOCA




Me gusta ser quien soy. ¡Me gusta mi vida!


Así que... ¿por qué no te vas a la mierda y te ocupas de tus problemas?


ZAP


Nick...


¡Me ha insultado! ¿No le vas a decir nada?
Cállate, David. Ya has hablado bastante.


Esperaba más de ti, David. Me has decepcionado.

¡Y tú no tienes ningún derecho a decirle nada! Si apenas ves a tus hijos... ¡Estoy harta de vosotros dos!

Mami, ¿por qué gritan todos?

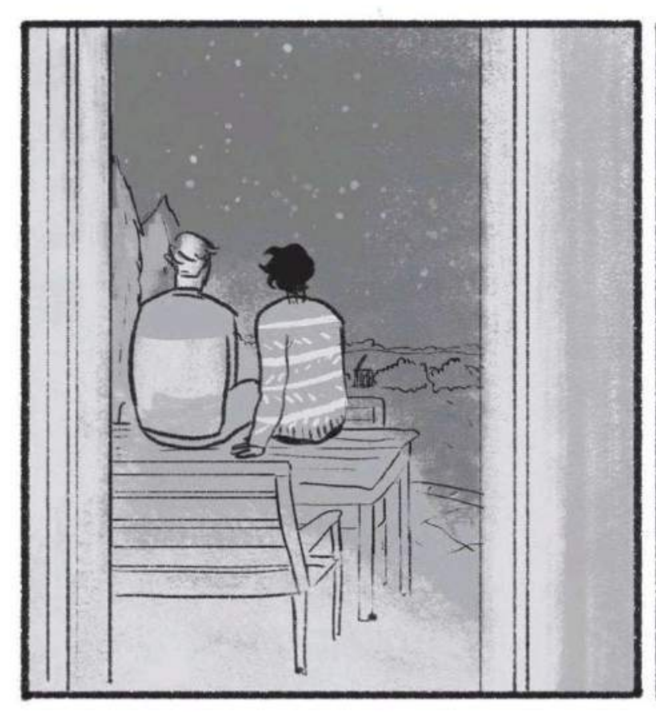
Solo es una discusión, cielo.








SE SIENTA




¿Qué tal?


Pues, bien, creo. No pensaba decírselo así, pero... me ha sentado bien desahogarme.

¿Quieres un abrazo igualmente?

Sí.

CARICIA

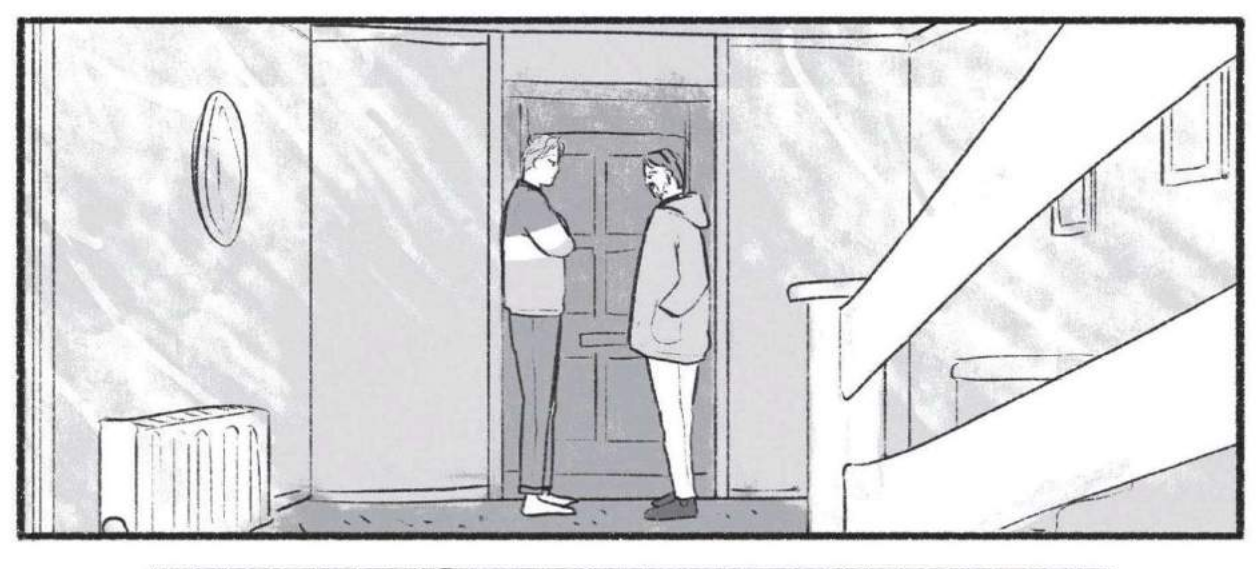

Nick...




Ya sabía yo que algo saldría mal esta noche.


Perdona.
No, me alegro de que hayas hablado claro. Sobre todo a tu padre. Debía escucharlo.
¿Quieres que hable con él?







Nicholas... [Lo siento.]


[Ya sé que os doy plantones. Y que no os veo tanto como debería.]
[Quiero ser mejor.]
[Pues no lo digas. ¡Demuéstralo!]
[¡El verano pasado quería verte en París! ¡Quería verte en mi cumpleaños!]
[Y no estabas ahí.]


[Me ha encantado conocer a tu am... a tu novio.]
[No acabo de entender esas cosas. Pero parece un chico muy majo.]
[Lo es.]
[No tengo que volver a París hasta el viernes.]


TIAP
[¿Hacemos algo juntos antes de que me vaya?]
[¿Puede venir Charlie?]
Sí. Vale.

¿Nick?

¿Sí?

Tengo una idea.




Uf, por favor, qué patético.
No veas la que ha liado para decírselo a mi padre, en plan…
FSSSSH
Le encanta llamar la atención. Lo habrá aprendido de esa reina del drama que tiene por novio.


Ja, ja, sí, tío, tal cual.


CREC



PLAS


CRAC
Pero ¿qué cojon...?




Das pena, chaval.


Como vuelvas a hablar así de mi hermano, te vas a enterar.
Pero mamiiiii... ¿Por qué no podemos tener perro?
Lo siento, Olly...
¡¡No es justo!!
¿Mamá?
Je... ¿Me puedo quedar un ratito?

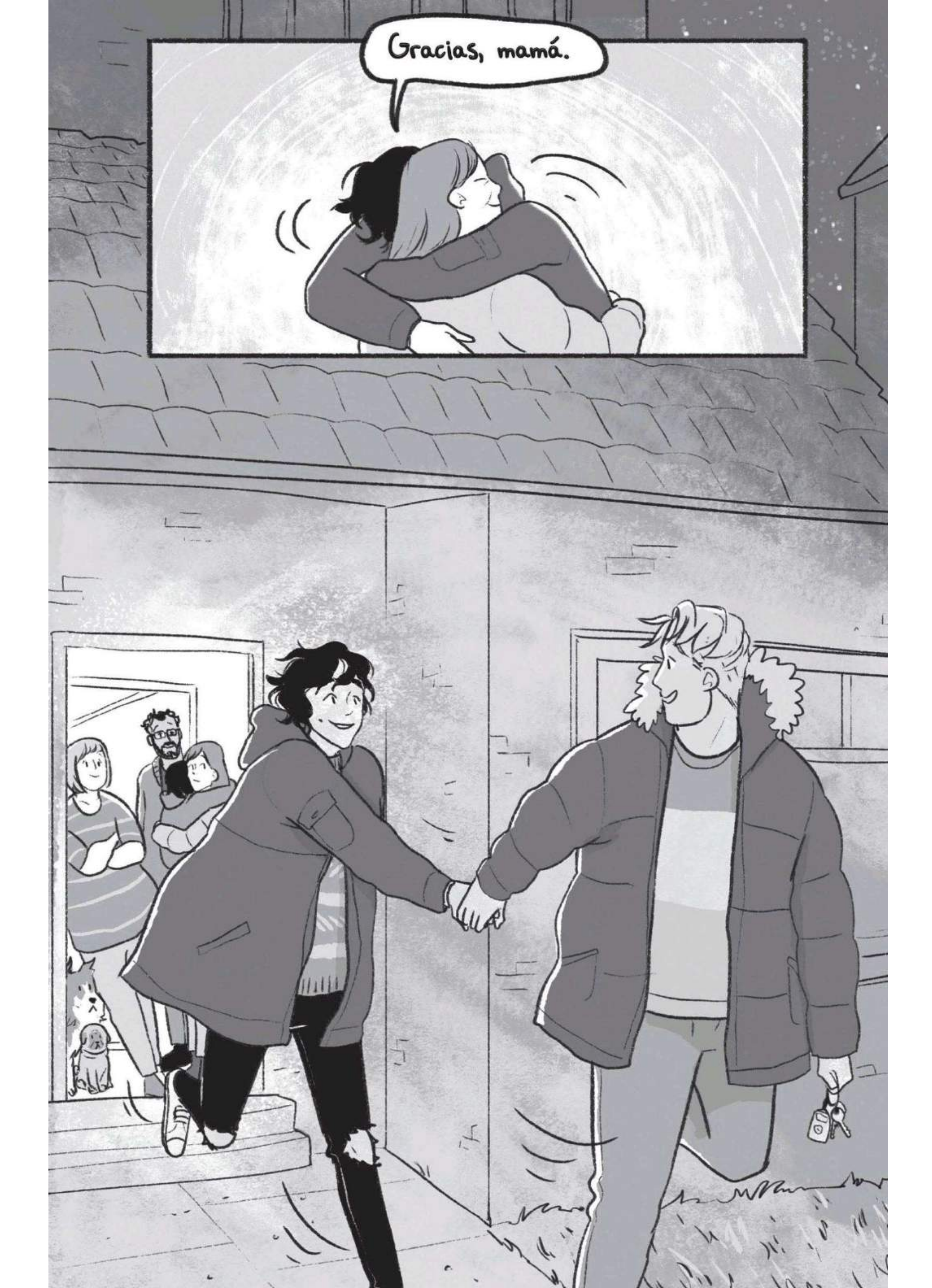

Podríamos Nick y yo... como ha aprobado el examen... ¿dar un paseo en coche?


No sé... al salón recreativo o... al sitio de los batidos que cierra tarde...

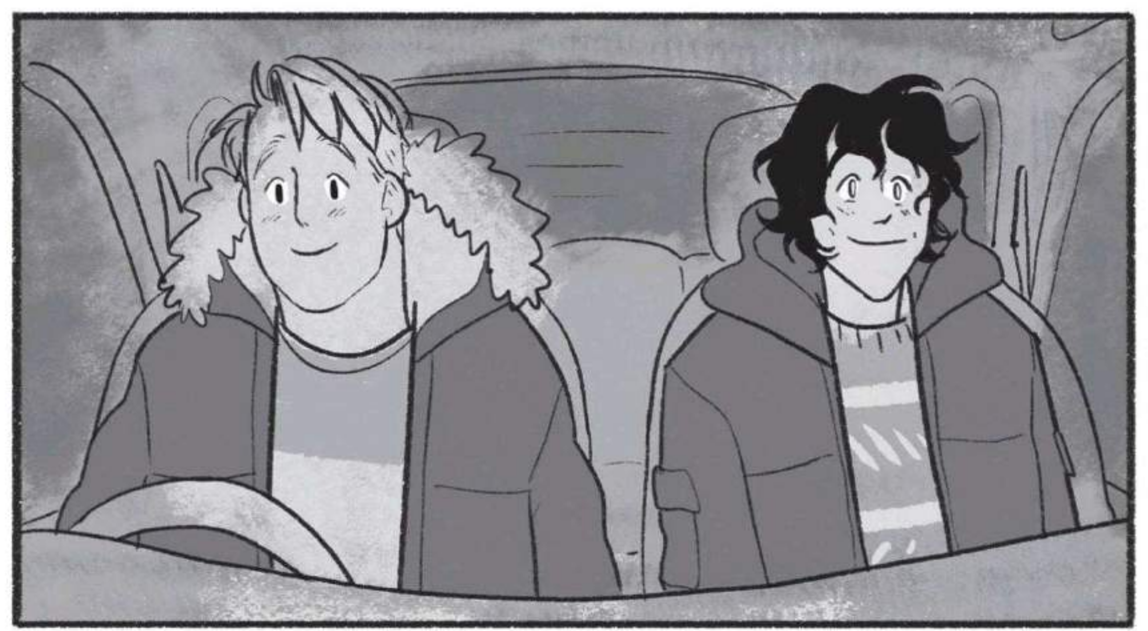

No estaremos mucho rato. Te lo prometo.


¿?


En casa a las once, ¿vale?
¿De verdad?
Sí. Tienes casi dieciséis años. Confío en ti.
Perdona que me haya costado un poco.


Gracias, mamá.


NC15 AMO




CLIC


BRRM


Espera... Tengo el tema perfecto.
21.03
Sábado, 5 de marzo
I want to be with you
Chloe Moriondo
0:06
2:58
Char.


Ja, ja.
Bueno, ¿a dónde vamos?


No sé.
Ya se verá. De momento, hacia delante.

¡Heartstopper continuará
en el volumen 5!

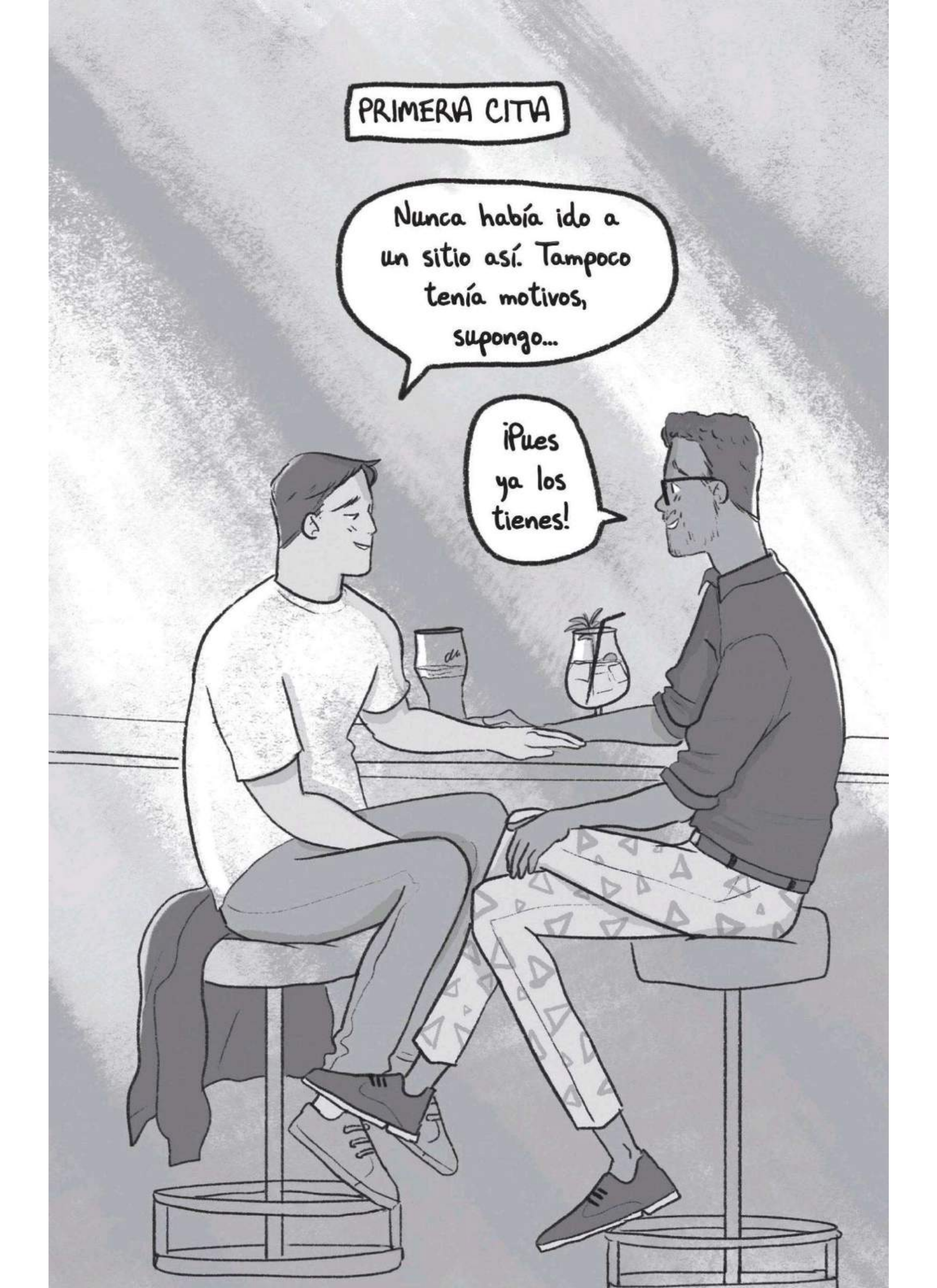


Primeras veces

Un minicómic de Heartstopper

PRIMER BESO




PRIMERIA CITIA
Nunca había ido a un sitio así. Tampoco tenía motivos, supongo...
¡Pues ya los tienes!


PRIMERA MAÑANA JUNTOS
Je… He preparado tortitas. Perdona si te parece un poco loco.

PRIMERA SESIÓN DE COCINA



PRIMER RESFRIADO



PRIMER FIN DE SEMANA




PRIMERA REUNIÓN CON AMIGOS
¡Youssef! ¡Teníamos ganas de conocerte!
¡Hemos oído hablar mucho de ti!
¡¡Qué mono!!

PRIMERA RECONCILIACIÓN
TRAS UNA DISCUSIÓN




PRIMER ALUMNO MOSCA
Ejem... ¿Interrumpo algo?
NO.

PRIMER «TE QUIERO»





NOMBRE: CHARLES «CHARLIE» SPRING
QUIÉN ES: NOVIO DE NICK
CURSO: CUARTO DE SECUNDARIA
EDAD: 15
CUMPLEAÑOS: 27 de abril
PERSONALIDAD MBTI: ISTP
CURIOSIDAD: ME ENCANTA LEER



NOMBRE: Nicholas «Nick» Nelson
QUIÉN ES: Novio de Charlie
CURSO: PRIMERO DE BACHILLERATO
EDAD: 17
CUMPLEAÑOS: 4 de septiembre
PERSONALIDAD MBTI: ESFJ
CURIOSIDAD: Preparo unos pasteles riquísimos.



NOMBRE: Tao Xu
QUIÉN ES: Amigo de Charlie
CURSO: Cuarto de secundaria
EDAD: 16
CUMPLEAÑOS: 23 de septiembre
PERSONALIDAD MBTI: ENFP
CURIOSIDAD: Tengo un blog de cine.



NOMBRE: Victoria «Tori» Spring
QUIÉN ES: Hermana de Charlie
CURSO: Primero de Bachillerato
EDAD: 16
CUMPLEAÑOS: 5 de abril
PERSONALIDAD MBTI: INFJ
CURIOSIDAD: Odio a (casi) todo el mundo.



NOMBRE: Elle Argent
QUIÉN ES: Amiga de Charlie
CURSO: Primero de Bachillerato
EDAD: 16
CUMPLEAÑOS: 4 de mayo
PERSONALIDAD MBTI: ENTJ
CURIOSIDAD: Me encanta diseñar ropa ♡



NOMBRE: Tara Jones
QUIÉN ES: Novia de Darcy
CURSO: Primero de Bachillerato
EDAD: 16
CUMPLEAÑOS: 3 de julio
PERSONALIDAD MBTI: INFP
CURIOSIDAD: Me encanta bailar (sobre todo ballet).



NOMBRE: Darcy Olsson
QUIÉN ES: Novia de Tara
CURSO: Primero de Bachillerato
EDAD: 17
CUMPLEAÑOS: 9 de enero
PERSONALIDAD MBTI: ESFP
CURIOSIDAD: Una vez, me comí un tarro entero de mostaza en un reto.



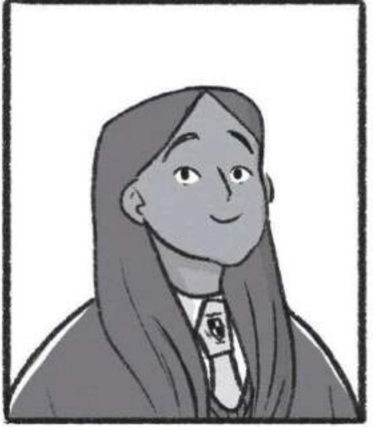
NOMBRE: Aled Last
QUIÉN ES: Amigo de Charlie
CURSO: Cuarto de secundaria
EDAD: 15
CUMPLEAÑOS: 15 de agosto
PERSONALIDAD MBTI: INFJ
CURIOSIDAD: Quiero tener un pódcast.



NOMBRE:
Sarah Nelson
QUIÉN ES:
Madre de Nick



NOMBRE:
David Nelson
QUIÉN ES:
Hermano de Nick



NOMBRE:
Sahar Zahid
QUIÉN ES:
Amiga de Tara, Darcy y Elle



NOMBRE:
Señor Ajayi
QUIÉN ES:
Profe de dibujo



NOMBRE:
Señor Farouk
QUIÉN ES:
Profe de ciencias



NOMBRE:
Nellie
QUIÉN ES:
Perrita de Nick



NOMBRE:
Jane Spring
QUIÉN ES:
Madre de Charlie



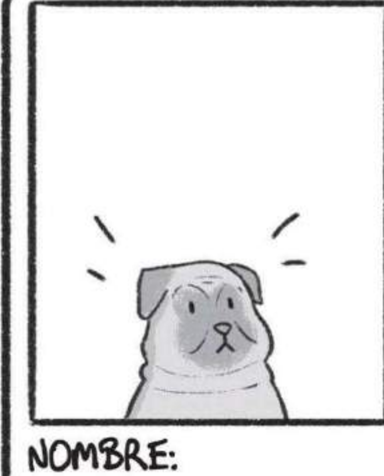
NOMBRE:
Julio Spring
QUIÉN ES:
Padre de Charlie



NOMBRE:
Oliver Spring
QUIÉN ES:
Hermano de Charlie



NOMBRE:
Stéphane Fournier
QUIÉN ES:
Padre de Nick



NOMBRE:
Henry
QUIÉN ES:
2º perro de Nick



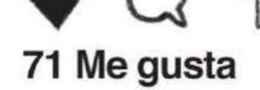




64 Me gusta

el.xu.tao de sujetavelas





71 Me gusta

el.xu.tao de sujetavelas parte 2 (llevan como media hora liándose)

cfspring por qué estás tan obsesionado conmigo!!!
el.xu.tao es que apoyo a tope vuestra relación
cfspring que te den







98 Me gusta

el.xu.tao de sujetavelas parte 3, intentando hacer los deberes de mates

cfspring HA SIDO SOLO UN PIQUITO NI SIQUIERA NOS ESTÁBAMOS LIANDO
el.xu.tao @cfspring aún así está prohibido en el cole y os denunciaré
cfspring @el.xu.tao homofobia







102 Me gusta

cfspring y AHORA quién es el sujetavelas eh **@el.xu.tao**

el.xu.tao …tregua?
cfspring @el.xu.tao tregua

Recursos de Salud Mental

Si buscáis información, ayuda, apoyo y orientación sobre salud mental, por favor echad un vistazo a los siguientes recursos:

Centros de Atención Primaria
(te derivarán a los centros de salud mental infantiles y juveniles)

Fundación de Ayuda a Niños y Adolescentes en Riesgo:
anar.org

Asociación en defensa de la Atención a la Anorexia Nerviosa y Bulimia:
adaner.org

Asociación contra la Anorexia y la Bulimia:
acab.org

Federación Estatal de Lesbianas, Gais, Trans y Bisexuales:
felgtb.org

Teléfono de la esperanza:
telefonodelaesperanza.org

Sociedad Internacional de la Autolesión:
www.autolesion.com

Asociación La Barandilla:
telefonocontraelsuicidio.org

Red Umbral de Asistencia <<psi>>:
umbral-red.org

Nota de la autora

¡Hola a todos! Espero de corazón que hayáis disfrutado con el cuarto volumen de *Heartstopper*. ¿Os podéis creer que ya vayamos por el cuarto? ¡Yo no!

En este volumen, ante todo, acompañamos a Charlie en su viaje por la salud mental. Queria explorar las dificultades que le plantea su trastorno de la conducta alimentaria, pero dejando claro que la recuperación es posible y que, aunque tal vez no sea un camino fácil, las cosas pueden mejorar. Ahora bien, el amor romántico no <<cura>> ninguna enfermedad mental, como a menudo sugieren las peliculas. Y Nick lo descubre en este volumen. Nick puede apoyarlo, pero Charlie tendrá que encontrar la manera de recuperarse.

Han pasado muchisimas cosas desde el último volumen. A principios de 2020 hice una gira promocional por Reino Unido, publiqué un libro para colorear de *Heartstopper* y por fin pude anunciar que ya está en marcha una adaptación para la televisión con Netflix y See-Saw Films. Nada de todo eso habria sido posible sin vosotros, mis geniales y apasionados lectores. Os agradezco infinitamente el apoyo y el amor a esta serie.

Como siempre, muchisimas gracias al maravilloso equipo implicado en *Heartstopper*: mi fantástica agente, Claire Wilson, mi increible editora, Rachel Wade, mi fabulosa jefa de publicidad, Emily Thomas, todo el personal de Hachette que forma parte del viaje de *Heartstopper* y los extraordinarios editores de todo el mundo que están apoyando la serie.

Sé que a muchos os entristece que el próximo volumen sea el último de la historia entre Nick y Charlie. ¡A mí también me da pena! Pero os prometo que el final será mágico, enternecedor y rebosante de alegria queer.

¡Nos vemos en el Volumen Cinco!

Alice x

HEARTSTOPPER

y queda mucho por llegar...










z
z
Z
Z

Heartstopper 4. Más que palabras
Alice Oseman

Rogamos al lector que sea consciente de que este libro contiene descripciones de acoso físico y homofobia verbal.

CROSSBOOKS
infoinfantilyjuvenil@planeta.es
www.planetadelibrosinfantilyjuvenil.com
www.planetadelibros.com
Editado por Editorial Planeta, S. A.

Título original: *Heartstopper. Volume 4.*

Av. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

Primera edición en libro electrónico (epub): junio de 2021

ISBN: 978-84-08-24507-0 (epub)

Conversión a libro electrónico: Newcomlab, S. L. L.
www.newcomlab.com